

ВЕЩА[®] 16+

ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ИЗДАНИЕ ДЛЯ ЖЕНЩИН

Май

№ 5 (276) 2018

Сегодня в номере:

Ежемесячное издание для женщин

Учредители:

группа физических лиц

Издатель:

ООО Издательство «Веста-М»

394030 г. Воронеж,

ул. Средне-Московская, 32

Издание зарегистрировано
в Комитете Российской Федерации
по печати. Рег. № 014813
от 15. 05. 1996 года.

Главный редактор Марина КОСТЫНА

Адрес редакции:

г. Воронеж,

ул. Средне-Московская, 32

Для почты:

394000, Воронеж, а/я 537

Телефон редакции:

(473) 251-22-13

Факс: (473) 251-22-13

E-mail: info@vesta-m.vrn.ru

Наш сайт: vesta-m.info

Присланные по почте рукописи не
рецензируются и не возвращаются.

Редакция в переписку с читателями не
вступает.

Мнение авторов не всегда совпадает с
мнением редакции.

Ответственность за содержание и
достоверность сведений в рекламе и
объявлениях несет их податель.

Перепечатка материалов, помещенных в
«Весте-М», без письменного разрешения
редакции не допускается.

Директор

по распространению

Галина СТАРОДУБЦЕВА

Телефон (473) 235-59-75

Номер подписан в печать:
11 апреля 2018 г.

По графику в 11:00, фактически в 11:00.

Дата выхода 27 апреля 2018 года.

Отпечатано в ГУП РО

«Рязанская

областная типография»

390023, г. Рязань, ул. Новая, 69/12

тел. (4912) 44-87-80

По всем случаям полиграфического
брака обращаться в типографию.

Заказ № 1153.

Тираж 243000 экз.

Тираж 454870 экз.

Цена свободная.

Подписной индекс

в каталоге «Почта России» —

П2181,

в «Каталоге российской прессы» —

60672,

в каталоге «Пресса России» —

51182.

Подписку можно оформить

на сайте: VIPISHI.RU

На первой странице — Ксения

г. Бугульма

КОСМЕТИКА

- Красота по старинным рецептам.
- Диета от веснушек.
- Для сияющей кожи.
- Если у вас редкие ресницы.
- По примеру Элизы Дулиттл.
- Пилинг для мая.
- Антикомариная ванна.
- Корейский секрет.
- Маска на экстренный случай.

САЛОН КРАСОТЫ

- Коса со звездочками.
- Прическа для торжества.
- Только на сухие. ● За день до среды.
- Влажность — враг прически.
- А пошлать? ● Для здоровья ваших волос.

УХОД ЗА ТЕЛОМ

- Огурцы и яблоки увеличат жилплощадь.
- Антилекарство.
- Как сомелье.
- Выбираем легкую обувь.
- Пользы больше, боли меньше.
- Картофельный сок лечит. ● Кейп или накидка?

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

Народные средства при лечении рака,
мочекаменной болезни, изжоги, внутричерепного
давления, младенческих колик, пяточной шпоры,
эрозивного гастрита.

- Зеленая аптека: лопух большой.
- «Скажите, доктор...» — на вопросы читателей
отвечают врачи: гинеколог, педиатр,
дерматовенеролог.

ЕСЛИ ХОТИТЕ

- Выпускной во всеоружии.
- Свадьба в стиле...

У ЮРИСТА

- Юрист отвечает на письма читателей.

ЧАСТНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

- Психолог отвечает на письма читателей.

ИСТОРИЯ ВЕЩЕЙ

- Хранящий ветер.

СВОИМИ РУКАМИ

- Кардиган в пастельных тонах, простое и
изысканное болеро, связанные на спицах, и
туника для отдыха, связанная крючком.
- Топ в морском стиле.
- Майка с воланами на рукавах.
- «Послания» на белом.
- Новый браслет из старых украшений.
- И удобные, и красивые!
- Декоративная корзина.
- Браслет в этническом стиле.
- Украшаем ручки сумок. ● Модная брошь.

ВАШ СТИЛЬ

- Платья для суперзвезд.
- Разноцветная свадьба.

К ВАШЕМУ СТОЛУ

- 16 замечательных рецептов.

ХОЗЯЮШКЕ

- Полезные идеи для пикника.

ИНТЕРЬЕР

- Это не забор, а просто цветник!

МУЖЧИНА ВАШЕЙ ЖИЗНИ

- Моя семья: муж + его брат.
- Каков мужчина за рулем.

ВАШ САД

- Выращиваем свеклу.
- Теплые грядки.
- Без ядохимикатов.
- Борьба с тлей.
- Подкормка для земляники.
- Размер имеет значение. ● Самая ранняя ягода.

МОЛОДОЙ МАМЕ

- А если он вундеркинд?
- Много ест? Мало ест?
- Берегите спину.

БРАТЯ НАШИ МЕНЬШИЕ

- Бунт ушастых.

ПОЗНАЙ СЕБЯ

- Гороскоп с 15 мая по 15 июня.
- Исцеление звуком.

ПРАВОСЛАВНАЯ СТРАНИЦА

- Священник отвечает на вопросы читателей.
- Православный календарь на июнь.

ЖЕНЩИНЫ-МУЗЫ

- Неугомонный Конюхов и матушка Ирина.

АХ, ЭТИ ЗВЕЗДЫ!

- Ближе к природе.
- Верные рыцари прекрасной дамы: Игорь
Николаев и Александр Новиков.

ПРОСТО ПОЧИТАТЬ

- Наталья Антонова. Маменькин сыночек.

НА ДОСУГЕ

- Сканворд. ● Анекдоты.

Читайте в следующем номере:

- Вся в золоте и серебре. ● Последняя проверка.
- «Сумасшедшее» мороженое. ● Ваш мужчина нацелен на
успех. ● Вы, он и хобби. ● Как провести это лето?
- Йога на пляже. ● Что наш язык? Игра! ● Мы или судьба?
- Замок любви в городе королей. ● 15 необычных способов
использовать дезодорант. ● Когда хозяев нет дома.
- Сад на крыше. ● «Что-то с памятью моей стало...»
- Его Величество случай. ● И многое другое.



БОЛЬШОЙ БЮСТ — ДЛЯ МАМЕНЬКИНЫХ СЫНКОВ?

Имеет ли размер женского бюста значение в смысле его воздействия на мужское сексуальное желание? Как выяснилось, внушительный размер груди роковых и страстных красоток, от которого будто бы мужчины мгновенно сходят с ума, падают в обморок и «сами в штабеля укладываются», не так впечатлителен, как его малюют! Во-первых, около половины серьезных мужчин уверены в идеальности бюста средних размеров как самого гармоничного. Примерно 5-7% очень пикантной находят ту грудь, которую едва находят. Около 30% представителей сильного пола размер женского достоинства не важен, правда, они, в свою очередь, делятся на две группы: на тех, для кого размер не важен, лишь бы — красивая, и на тех, для кого размер не важен, лишь бы — была. Отдельную группу составляют мужчины-эстеты, для которых важна лишь самая яркая и «вкусная» деталь бюста. И лишь на последнем месте мужчины-«гигантоманы», для которых самая обаятельная и привлекательная грудь — та, что в два обхвата!

Правда, американские психологи на всякий случай подозревают в пристрастии к пышному дамскому бюсту проявление детских комплексов: мол, такой интерес присущ в основном мужчинам инфантильным, привыкшим к материнской опеке и боящимся принимать ответственные решения. Может, их подозрения и обоснованны. Но главное в другом: никакой связи между темпераментом и размером груди ни учеными, ни обычными людьми пока не отмечено. А ученые еще и шутят: так природа распорядилась, что «обхват» бюста формируют женские половые гормоны, а желания — мужские...

САМЫЙ КРУТОЙ ЯЗЫК — МАНДАРИН!

Все знают, что мандарин — это фрукт, а в Китае так назывался еще и государственный служащий, чиновник высокого ранга. Но, оказывается, в том же Китае «мандарин» — это еще и одно из наречий языка, на котором говорят ни много ни мало почти 900 миллионов человек! Соответственно, «мандариновый» язык считается самым используемым в мире, причем с огромным отрывом от второго места, на котором с 332 миллионами «голов» располагается испанский. За ним следует английский, на котором сегодня говорит примерно 322 миллиона человек. 170 миллионов русскоговорящих в мире дают России почетное седьмое место...



ПОХВАЛА ПОРТИТ МУЖЧИН?

Когда-то Андре Моруа написал такие строки: «Совершенно нет предела, который сдерживал бы аппетит мужчин к похвале. Многих бесцветных женщин любили всю жизнь за то только, что они знали, как похвалить»... Справедливость этих строк может подтвердить эпизод из биографии Джека Лондона. Эпизод, приведший в его жизни к большой драме.

Летом 1903 года Джек Лондон с семьей — женой Бесси и двумя детьми — отдыхал на своем ранчо. В этот раз к ним приехала погостить приятельница жены Джека — Чермин Киттредж. Ничто не предвещало не только катастрофы, но даже и мелких каких-то неприятностей. Но...

Джек с Чермин несколько часов разговаривали, сидя в большом гамаке в тени раскидистого вяза. А потом Джек, зайдя в дом, подошел к жене и, произнеся одну лишь фразу: «Бесси, я с тобою развожусь», уехал!

Ошеломленная и ничего не понимающая Бесси плакала «в жилетку» своей подруге Чермин, приговаривая: «Ну с чего, с чего?..» Подруга вытирала ей слезы, а потом собралась и тоже уехала. В тот же день Джеку от нее ушло письмо с такими строчками: «Бесси себе на уме, а людей лживых я не понимаю».

Кто в этой ситуации был лживым, так это Чермин — ведь это именно она была причиной ухода Лондона из семьи, на ней он вскоре и женился. Еще бы, он же был в глазах новой возлюбленной чуть ли не полубогом: «Ты — мой, я обожаю тебя слепо, безрассудно, страстно! Ты мой кумир! О Джек, ты такой душа!»

Надо признать, что второй брак писателя не стал счастливее прежнего, а, по мнению литературоведов, под влиянием манерно-пышного стиля Чермин Джек Лондон «испортил несколько своих книг»...



НЕБЕСПОЛЕЗНЫЙ КАРМАШЕК

Наверняка многие из тех, кто хоть раз надевал на себя джинсы, задумывались, зачем нужен вот этот маленький кармашек с правой стороны. И использовали его, кому как казалось предпочтительным — для монеток, спичек или зажигалки, в общем, для разной «мелочевки». Что интересно, задуман был этот кармашек для часов — до тех пор, пока не появились наручные часы, в ходу были «луковицы», с крышкой или без, на длинной цепочке. Естественно, у каждого добропорядочного ковбоя были такие часы: надо же точно знать, когда возвращаться на ранчо, чтобы не пропустить обед!.. Из этого кармана их было удобно доставать, да и остальные карманы у добропорядочных ковбоев обычно уже были заняты — либо долларами, либо патронами...



ВЗЯЛ НА ПОНТ — СОРВАЛ БАНК!

Как-то уже привычным стало считать, что частенько используемое в обиходе выражение «брать на понт» чисто жаргонное, а «понт» — синоним таких слов как горнор, спесь, апломб. На самом деле, выражение пришло в разговорный и литературный язык из карт. Точнее, из карточной игры под названием «помбер».

В этой игре главная карта — туз червей, или «понт», который перебивает любую другую карту. И опытный игрок даже при плохих картах, но с понтом на руках и бесстрастным выражением на лице, вполне может сорвать банк. То есть, если у вас весомых аргументов маловато и козырь — единственный, но главный, можете рискнуть «взять на понт» и, возможно, сорвете банк. А можете сказать «Пас!» и в этом случае максимум что сорвете — голос...





КОСА СО ЗВЕЗДОЧКАМИ

Простые, но эффектные украшения – секрет успеха этой несложной прически, которая прекрасно подойдет как для праздничного мероприятия, так и для встречи с подругами.

Совет. Выполняя эту прическу, не стоит добиваться идеальности. Наоборот, легкая небрежность добавит ей свежести и романтичности.

Разделите волосы на прямой пробор.

Отделите небольшую прядь у лба и начните заплетать косичку. Кончик косички закрепите прозрачной резинкой. Вытащите пряди, чтобы коса смотрелась объемнее, приколите ее сбоку парой невидимок и украсьте прическу красивыми подвесками.



ПРИЧЕСКА ДЛЯ ТОРЖЕСТВА

Вас ждет выпускной вечер, свадьба или другой праздничный выход в свет? Эта прическа поможет вам стать королевой вечера!

Разделите волосы на две части – правую и левую, и тщательно причешите.

Сделайте два высоких хвостика.

Начешите волосы, придав им объем.

Разделите волосы каждого хвостика на две части, сбрызните лаком и скрутите их жгутами.

Завяжите получившиеся жгуты в узел на макушке.

Спрячьте кончики волос под прической и приколите невидимками. Сбрызните прическу лаком и украсьте бантиками или яркими заколками.

Подготовила Марина ХРИСТЕНКО

ТОЛЬКО НА СУХИЕ

Многие для моделирования прически используют гель. И чаще всего наносят его прямо на влажные волосы, а это не добавляет волосам красоты и здоровья. Поэтому гель лучше использовать на уже высохших волосах. Даже в этом случае, высохнув, гель отберет у волос пластичность, а если он проникнет внутрь волосинок, они станут еще более ломкими. Считается, что уложенные гелем волосы лучше не тереть, можно сломать волосинки.

Если вы привыкли укладывать волосы с помощью геля, лучше выбрать гель-спрей, которым пользуются так же, как и лаком — распыляют с расстояния 25–30 см. Главное, не переборщить со спреем, чтобы не пришлось делать укладку «мокрые волосы».

ЗА ДЕНЬ ДО СРЕДЫ

Не всем удастся попасть к парикмахеру в день праздничного события. Но оказалось, что и укладка, выполненная профессионалом за день до выпускного бала или свадьбы подруги, может выглядеть ничуть не хуже свежей, если с ней правильно обращаться. Конечно, речь идет об укладке на распущенные волосы — неважно, какой длины.

В ДЕНЬ УКЛАДКИ старайтесь не прикасаться к волосам, как бы сильно этого ни хотелось. Каждое прикосновение сокращает срок жизни укладки. Наденьте на подушку сатиновую или шелковую наволочку, чтобы спать на гладкой поверхности и не растрепать волосы. Если они у вас длинной хотя бы до плеч, осторожно разделите их и завяжите в два низких хвоста

тканевой или пружинной резинкой, не затягивая.

В ДЕНЬ ПРАЗДНИКА вы, наверняка, заметите, что объем в прикорневой зоне частично потерян. Ни в коем случае не пытайтесь вернуть его с помощью сухого шампуня. Лучше распылите на щетку с натуральной щетиной немного спрея для объема; если такового нет, то спрея для укладки средней фиксации, наклони-



те голову вниз и пройдитесь щеткой по корням.

Эту процедуру лучше всего проделать ближе к началу события, тогда вы сохраните свою укладку на несколько часов.

ВЛАЖНОСТЬ — ВРАГ ПРИЧЕСКИ

Все знают, что для того, чтобы испортить прическу, не обязательно надо попасть под дождь. Даже просто влажный воздух достаточно, чтобы распрямленные волосы стали завиваться, а завитые — повисли сосульками. Если у вас впереди важное событие, а прогноз обещает дождь, для спасения прически используйте сыворотку.

Она отлично защищает волосы от влажного воздуха, если нанести ее на влажные волосы. После нанесения дайте им немного подсохнуть естественным путем, а потом досушите феном на холодном режиме. Затем вытяните волосы утюжком или накрутите щипцами. Сыворотка активируется при высокой температуре. Она обволакивает волосинки тончайшей пленкой и не дает молекулам воды проникнуть внутрь и испортить прическу.



А ПОШАЛИТЬ?

Итак, вы получили аттестат, и дальше — взрослая серьезная жизнь. Так почему бы не пошалить напоследок. Для того чтобы воспользоваться декоративным окрашивающим спреем, ничего, кроме собственно спрея, не требуется. С его помощью можно окрасить несколько прядей и даже нанести на волосы рисунок. Он красит волосы любого оттенка, правда, на темные требуется немного больше краски. Главное достоинство такой краски, что она только на одну ночь: после выпускного вымоете голову, и вы — серьезная абитуриентка безо всякого намека на шалости.

Будьте осторожнее при окраске, чтобы не запачкать кожу и одежду. Старайтесьшний раз не расчесывать окрашенные пряди, краска может осыпаться, как мел.

ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ВАШИХ ВОЛОС

Пришло время молодой крапивы, используйте его для ухода за волосами.

Сорванные листики молодой крапивы хорошо промойте и обсушите, а затем очень мелко порежьте. Залейте крапивную кашу водкой из расчета 1 ст. ложка крапивы на 10 ст. ложек водки. Емкость с настойкой закройте плотной крышкой и поставьте в темное место на 7 дней, затем процедите и храните настойку в темном месте.

Протирайте кожу головы ватным тампоном, смоченным крапивной настойкой, 2 раза в неделю в течение 2 месяцев.

Такие процедуры останавливают выпадение волос и избавят от жирной себореи.

Измелчите молодые листья крапивы, мяты и сухие цветки ромашки. Смешайте по 2 ст. ложки каждого ингредиента, залейте 2 стаканами яблочного уксуса, закройте крышкой и настаивайте в темном месте 10 дней.

Добавляйте по 4 ст. ложки травяного настоя в 1 литр воды и ополаскивайте волосы после каждого мытья.

Ополаскивание укрепляет корни волос, добавляет им блеска и придает здоровый ухоженный вид.



Подготовила
Галина УШАКОВА

6 Лицом к лицу ДИЕТА ОТ ВЕСНУШЕК

Если весной ваша кожа покрывается веснушками и пигментными пятнами, кроме использования отбеливающих средств и солнцезащитных кремов, желательно придерживаться и специальной диеты.

Старайтесь исключить из рациона пищу, содержащую каротин, она окрашивает кожу и усиливает воздействие на нее солнца, от чего веснушки и пятна проявляются быстрее и выглядят ярче. Включайте в свой рацион побольше продуктов, содержащих витамин С, он снижает чувствительность кожи к ультрафиолету, сокращает выработку меланина и предотвращает появление веснушек и пятен.



ДЛЯ СИЯЮЩЕЙ КОЖИ

Если большую часть времени вы проводите за компьютером или в помещении без дневного света, то вряд ли ваша кожа имеет здоровый вид. Вернуть ей сияние и румянец поможет «поза собаки». Именно так называется в йоге эта поза с опущенной вниз головой. Сохраняйте эту позу в течение 3 минут. За это время кровь успеет прилить к лицу, кровообращение усилится, и кожа вернет себе здоровый вид.



ПО ПРИМЕРУ ЭЛИЗЫ ДУЛИТТЛ

Если у вас нет времени на полноценный массаж лица до работы и вечером, ничто не мешает вам делать его на рабочем месте. Вы скажете, что мешает макияж.

А если к лицу не надо прикасаться руками?

Произносите по очереди все гласные звуки, растягивая их в течение 2-3 секунд. При этом их даже не обязательно произносить вслух, достаточно лишь артикулировать. Чем чаще вы будете делать такой массаж, тем дольше вокруг ваших губ не появятся мелкие морщинки и носогубные складки.



ЕСЛИ У ВАС РЕДКИЕ РЕСНИЦЫ,

вам придется найти в продаже тушь не с самой распространенной в наше время щеточкой из щетины, а старомодную, с силиконовой щеточкой. Не получается найти, обратите внимание на тушь низкого ценового диапазона, вам ведь нужна не тушь, а щеточка. Именно такая щеточка лучше натуральной прокрашивает каждую ресничку, что очень важно, когда ресницы редкие.

И не забудьте главное правило: если хотите нанести несколько слоев туши, не ждите, пока высохнет первый слой. Красьте сразу до той интенсивности, какая вам нужна: сначала один глаз, потом второй. Тогда тушь не будет осыпаться.



КРАСОТА ПО СТАРИННЫМ РЕЦЕПТАМ



Береза – почки, сок, листья и даже кора – вот самый известный источник натуральной красоты кожи, который использовали еще наши прапрабабушки. Так почему бы и нам не воспользоваться старыми рецептами, тем более, что в березовых почках, листьях и соке содержится 15 микроэлементов, органические кислоты, витамины группы В, витамин С, белок, дубильные вещества и фитонциды с высокой антибактериальной активностью. Даже если просто протирать кожу березовым соком, ее состояние очень быстро улучшится, а здоровый вид и цвет вернутся.

ВНИМАНИЕ! Поскольку период сбора березового сока очень короткий, а даже в холодильнике он хранится без потери полезных свойств не более 2 недель, приготовьте из свежего сока лед. В таком виде сок практически не теряет своей пользы. Можно использовать березовый лед как сырье для масок, а можно просто протирать им кожу лица, шеи и области декольте каждый день, чтобы повысить тургор кожи.

ДЛЯ СУХОЙ КОЖИ

Молодые березовые листочки вымойте, высушите, мелко порежьте и разотрите в однородную кашицу. Залейте 1 ч. ложку измельченных листьев 0,25 стакана кипятка. Дайте постоять 2 часа, процедите. Добавьте в ваш крем для лица 1 ст. ложку этого настоя, перемешайте и нанесите тонким слоем на лицо. Через 20 минут уберите остатки маски ватным тампоном, смочен-

ным в настое, а затем ополосните лицо прохладной водой.

Маска успокаивает, увлажняет и разглаживает кожу.

ДЛЯ ЖИРНОЙ КОЖИ

Смешайте 2 ст. ложки березового сока, 1 ст. ложку кислой сметаны и 1 ч. ложку меда, если у вас нет на него аллергии. Нанесите маску толстым слоем на кожу лица на 15 минут, затем смойте теплой водой и про-

трите ватным тампоном, смоченным березовым соком.

Маска сужает поры и убирает сальный блеск, обезжиривая кожу.

Смешайте по 1 ч. ложке белой и голубой глины, разведите ее березовым соком до состояния жидкой сметаны и нанесите кисточкой на кожу лица. Через 15 минут смойте маску прохладной водой.

Маска матирует кожу, убирает излишки кожного жира и помогает бороться с акне.

ДЛЯ ВСЕХ ВИДОВ КОЖИ

Смешайте 1 ст. ложку творога (чем жирнее кожа, тем ниже процент жира должен быть в твороге) с 2 ст. ложками березового сока, 0,5 ч. ложки меда и 1 ч. ложкой желтка — для сухой, нормальной и увядающей кожи, или белка — для жирной кожи.

Когда масса станет однородной, нанесите ее в несколько слоев на кожу лица и шеи на 20 минут, затем смойте теплой водой.

Маска разглаживает и питает кожу.

Смешайте 1 ст. ложку березового сока и 0,5 ч. ложки меда, нанесите смесь на кожу лица в несколько слоев и оставьте на 20 минут, затем смойте прохладной водой. При желании можно увеличить количество ингредиентов и сделать компресс, смочив в смеси марлевую салфетку. Ее можно держать на коже до 30 минут, затем салфетку надо снять, а лицо ополоснуть прохладной водой.

И маска, и компресс отлично увлажняют и успокаивают обожженную солнцем кожу.

ЛОСЬОН ДЛЯ УВЯДАЮЩЕЙ КОЖИ

Добавьте в стакан свежего березового сока 5 капель лимонного сока, 1 ч. ложку меда и хорошо перемешайте. Лосьон можно хранить в холодильнике несколько месяцев, отливая понемногу в маленькую бутылочку. Протирайте

лосьоном кожу лица утром перед нанесением макияжа и вечером после его удаления.

Лосьон эффективно очищает, увлажняет и тонизирует кожу, а также помогает бороться с мелкими возрастными и мимическими морщинками.

КОМПРЕССЫ ДЛЯ КОЖИ ВОКРУГ ГЛАЗ

Хорошенько промойте и залейте 1 стаканом прохладной минеральной воды на ночь 5-6 молодых листочков березы, размером чуть больше пятирублевой монеты. Если под рукой нет минералки, залейте листья стаканом кипятка, накройте крышкой и настаивайте 2-3 часа. Смочите в готовом настое ватные тампоны и положите на отекавшие веки на 15-20 минут.

Компресс помогает избавиться от отеков под глазами и омолаживает кожу вокруг глаз.



ПИЛИНГ ДЛЯ МАЯ

Считается, что для сухой кожи полезен пилинг раз в неделю, для жирной — два. Но это в любое время года, кроме мая. Активное майское солнце и ветер сильно огрубляют кожу. Чтобы она оставалась здоровой и сияющей, косметологи советуют пилинг делать чаще.

Хорошенько ощупайте лицо после пилинга и запомните тактильные ощущения. Как только вы почувствуете, что кожа под вашими руками изменилась, стала грубее, можете делать пилинг. Для кого-то это будет через день, для кого-то — раз в три дня или пять. Так, не давая скапливаться на поверхности кожи отмершим клеткам, вы подготовите ее к летнему загару и он ляжет ровно, без пятен.

АНТИКОМАРИНАЯ ВАННА



Май почти на всей территории нашей страны — месяц комаров и мошкар. Самое ужасное, когда много укусов на лице. Ходить с распухшим пятнистым лицом никому не хочется, так что предлагаем сделать ванночку с

обычной пищевой содой.

Налейте в широкую посуду теплую воду и добавьте 1 ст. ложку без горки соды, размешайте. Задерживая дыхание, опускайте в раствор лицо. Держите его в воде, насколько хватит воздуха. Повторите несколько раз, чтобы сода успела подействовать.

Кстати, такая успокаивающая кожу ванна поможет и при солнечных ожогах. Если требуется ванна для всего тела, добавьте в ванну 0,5 стакана соды.

КОРЕЙСКИЙ СЕКРЕТ

Многие косметологи считают, что секрет красоты корейских женщин не только в некоторых особенностях ухода за кожей, но и в том, что они с детства пьют много ячменного чая. В нем огромное количество антиоксидантов, которые помогают сохранить молодость клеток кожи. Кроме прочего, этот напиток сохраняет крепость десен, разжижает кровь и улучшает сон.

Конечно, можно заказать такой чай через Интернет, а можно приготовить этот полезный для красоты и здоровья напиток в домашних условиях.

Обжарьте на сковороде на сильном огне до золотистого цвета 50 г ячневой крупы, пересыпьте крупу в марлю, опустите в 1 л кипящей воды и варите, пока напиток не приобретет темно-красный цвет — 10-15 минут. Марлю с ячменем выньте, а в отвар добавьте сахар или мед.



МАСКА НА ЭКСТРЕННЫЙ СЛУЧАЙ

Измельчите в порошок 10 таблеток активированного угля. Замочите в воде 1 ст. ложку желатина, дождитесь, пока он разбухнет, соедините с углем, перемешайте и нанесите на кожу лица на 30 минут или пока маска не превратится в пленку. Аккуратно снимите ее и ополосните лицо теплой водой.

Уголь помогает глубоко очистить кожу, вытягивая грязь из пор, удаляя избыточный жир с поверхности кожи и отшелушивая отмершие клетки, а желатин содержит коллаген, близкий к компонентам нашей кожи, поэтому он отлично питает и разглаживает кожу. После маски лицо выглядит свежим и помолодевшим.

Подготовила Галина КРУПЕНИНА



ОГУРЦЫ И ЯБЛОКИ УВЕЛИЧАТ ЖИЛПЛОЩАДЬ!

Да-да, не удивляйтесь. Вернее, не они сами, а их запах. Ароматы вообще очень своеобразно действуют на нашу психику, поэтому с их помощью можно, например, изменить ощущение, что в квартире мало места и много вещей. Надо лишь нарезать зеленых яблок или свежих огурцов и расставить тарелки с ними в комнатах!

Так же необычно действуют и некоторые другие ароматы.

● Хотите создать в доме ощущение спокойствия и уюта? С этим лучше всего справляются ароматы ванили, свежей выпечки и песочного печенья.

● Аромат клубники и жареного попкорна добавит физических сил и даст прилив эмоций.

● Готовитесь к экзаменам? Поставьте рядом вазу с цветами. Практически все цветочные ароматы улучшают память и сообразительность.

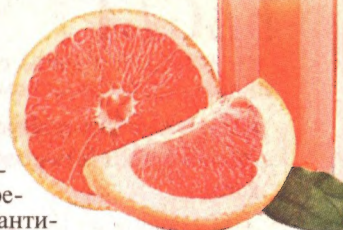
● Вам не нравится, как пахнет в вашем доме? Поставьте в комнаты по пучку мяты в вазочках или положите по паре бананов. Через полчаса никаких посторонних запахов не останется.



АНТИЛЕКАРСТВО

Вы активно худеете к лету и пьете грейпфрутовый сок, который хорошо сжигает жиры? Будьте осторожны, если одновременно вы принимаете антибиотики, антидепрессанты или лекарства от болезни сердца.

Грейпфрутовый сок активно влияет на работу печени, что затрудняет переработку лекарств. А поскольку сок полностью выводится из организма за 48 часов, то в течение двух суток печень будет утилизировать лекарства медленнее, создавая в крови их повышенное содержание. Так что, как бы вы ни любили грейпфруты и сок из них, откажитесь от этого «сжигателя жира» на время приема лекарств.



КАК СОМЕЛЬЕ



Наверняка вы хотя бы раз видели, как сомелье пробуют вино. Они и другим советуют не глотать его сразу, а пару секунд покатавать по небу и языку, чтобы полностью раскрыть вкус. А стоматологи предлагают пойти дальше и пополоскать вином рот.

Правда, только красным вином. В нем больше всего полифенолов, которые лечат воспаленные десны и помогают остановить развитие пародонтита.

ВЫБИРАЕМ ЛЕГКУЮ ОБУВЬ

Как только погода позволяет надеть легкую открытую обувь, приходит время пересмотреть имеющиеся туфли и босоножки и обязательно купить новые. Наверняка у вас, как у каждой женщины, есть свои предпочтения в обуви, но знаете ли вы, насколько обувь, которую вы выбираете, безопасна для ваших ног и их здоровья?



ОБУВЬ НА ВЫСОКОМ КАБЛУКЕ, например, классические лодочки, которые вернулись в этом сезоне в моду, переносят вес тела вперед, создавая повышенную нагрузку на колени и переднюю часть стопы. В итоге те, кто носит их постоянно, а не только по случаю, могут к концу дня испыты-

вать усталость и боль в ступнях.

Если вы большая поклонница именно высокой шпильки, обязательно купите силиконовые прокладки под пальцы ног.



ОБУВЬ НА ТАНКЕТКЕ обладает такими же недостатками, как и на высоком каблуке, поэтому любите-

льниц такой обуви должна обрабатывать мода на более плоскую платформу. Такая подошва позволяет равномернее распределять вес на всю ступню, и ноги будут уставать меньше.



ОБУВЬ С ОСТРЫМ НОСКОМ, которую так любят дамы с маленькой ножкой, потому что она удлиняет стопу, может чересчур сильно сдавливать пальцы ног, что часто приводит к вращению ногтя, деформации большого пальца и костным мозолям.

Выбирайте узкую обувь вечером, когда ноги немного отекли, тогда новые туфли не будут слишком сильно сжимать пальцы.

ОБУВЬ НА ПЛОСКОЙ ПОДОШВЕ не имеет супинатора, который смягчал бы нагрузку на стопу, что может вызвать растяжение ахиллова сухожилия и боль в пятках.

Если вы намереваетесь ходить в такой обуви постоянно, обязательно вставьте в нее мягкую стельку или силиконовые прокладки для поддержки свода стопы.



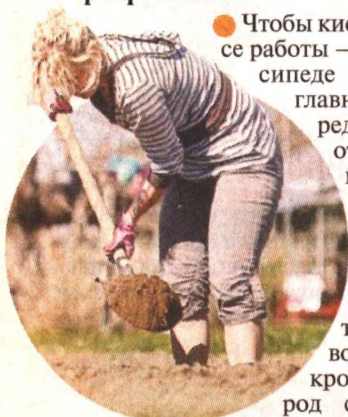
ОБУВЬ БЕЗ ЗАДНИКА заставляет вас напрягать мышцы стопы, чтобы удержать обувь на ноге, что приводит к перенапряжению, усталости и боли в ногах.

Конечно, без открытой обуви летом не обойтись, поэтому покупайте ее с удовольствием, а на досуге потренируйтесь и выработайте более скользкую походку, при которой труднее терять обувь, а значит, придется меньше напрягать мышцы.



ПОЛЗЫ БОЛЬШЕ, БОЛИ МЕНЬШЕ

Май ассоциируется с авральной работой на даче, первыми долгими прогулками в парке и лесу, началом сезона катания на велосипеде и роликах. Все эти физические нагрузки после зимнего безделья — стресс для мышц, отвыкших работать в полную силу. Уже к вечеру мышцы начинают болеть, а на следующее утро вообще трудно и больно двигаться. Причиной этой боли обычно является молочная кислота, скапливающаяся в активно работающих мышцах. Но боли будет меньше, а тело получит отличную тренировку, если соблюдать всего три правила.



● Чтобы кислота выводилась в процессе работы — неважно, катаетесь вы на велосипеде или копаете грядки, главное — соблюдать чередование нагрузок и отдыха. Покопали 5 минут, отдохните 30 секунд. Даже такого маленького промежутка времени хватит, чтобы восстановился кровоток, кислород стал поступать к мышцам в нужном количестве, а молочная кислота утилизовалась.

● К концу нагрузки постепенно в течение 10 минут сбавляйте темп и переходите к обычному движению — ходьбе или даже состоянию покоя, тогда наутро вам будет значительно легче, чем если самые тяжелые нагрузки вы оставите напоследок.

● Не забудьте хорошенько потянуться всем телом, каждой мышцей после того, как работу, ходьбу или езду завершите. Это гарантирует сохранение эластичности мышц на завтра, способствует расслаблению и восстановлению после интенсивной нагрузки, снижает неприятные ощущения от нее.



КАРТОФЕЛЬНЫЙ СОК ЛЕЧИТ

не только язву желудка, но и растяжки на коже, и пересушенную кожу вокруг ногтей, которая постоянно трескается и задирается.

Н адо всего лишь отжать сок из тертой картошки и нанести его на кожу верхних фаланг пальцев на 10 минут. Столько же времени требуется и на аппликации из тонких кружков сырой картошки на месте растяжек. Главное, не забывайте повторять процедуру, пока не добьетесь результата. Залог успеха — способность картофельного сока восстанавливать клетки кожи.



КЕЙП ИЛИ НАКИДКА?

Многие женщины с удовольствием носят в качестве верхней одежды всевозможные накидки. А вы знаете, что, в зависимости от фасона, они называются кейп, пончо или накидка. Так чем же они отличаются?



КЕЙП — это пальто-накидка с прорезями для рук свободного кроя. Кейп имеет четкую форму и может быть как распахнутым, так и с застежкой.



ПОНЧО — прямоугольный кусок ткани с отверстием для головы и без прорезей для рук. Обычно пончо шьют из мягкой ткани, чтобы оно хорошо лежало — чаще всего это шерсть, но может быть и шелк, и даже шифон.

Подготовила Галина КРУПЕНИНА



НАКИДКА — предмет верхней одежды без застёжки из плотной ткани произвольной формы и длины.

Поздравляем! В этом году вам предстоит стать королевой бала на выпускном вечере. Да-да, именно так, ведь каждая девушка хочет выглядеть наилучшим образом на своем первом взрослом торжестве. Выпускной – событие даже больше чем свадьба, это нечто совершенно волшебное! Платье куплено или сшито, туфельки ждут своего часа в коробке, и вот наступает тот самый день! Что нужно сделать, чтобы не испортить праздник мелкими досадными неприятностями, которые «на нервах» могут обернуться катастрофой вселенского масштаба? Не волнуйтесь, ничего подобного не произойдет, если вы прислушаетесь к нашим советам.

ЧТОБЫ МАКИЯЖ НЕ «ПОПЛЫЛ»

Если вам предстоит провести несколько часов в душном помещении при большом скоплении народа или протанцевать полночи на дискотеке, нужно позаботиться о том, чтобы макияж не размазался и не «поплыл» на лице. Для этого нанесите широкой кистью тонкий слой ДЕТСКОЙ ПРИСЫПКИ на уже готовый макияж, и смело отправляйтесь на праздник.

ЧТОБЫ НА КОЛГОТКАХ НЕ ОБРАЗОВАЛАСЬ СТРЕЛКА

Что бы ни утверждала самоуверенная реклама, неизвестно, насколько крепкими окажутся ваши новые колготки. Поэтому, чтобы избе-



жать неприятностей в виде дырок и стрелок, разложите колготки на ровной поверхности и хорошенько сбрыз-

ВЫПУСКНОЙ ВО ВСЕОРУЖИИ

ните ЛАКОМ ДЛЯ ВОЛОС в области ступней и выше, до коленей.

ЧТОБЫ ТУФЛИ...

СТАЛИ УДОБНЫМИ

Новые туфли немного тесноваты? Эта проблема может сделать невыносимым даже самый многообещающий вечер. За



день до события проведите такую процедуру. Наденьте ТОЛСТЫЕ ШЕРСТЯНЫЕ НОСКИ, а лучше парочку, обуйте туфли и хорошенько прогрейте, направив на них СТРУЮ ГОРЯЧЕГО ВОЗДУХА ИЗ ФЕНА. После этого походите в них по комнате 10-15 минут. Этот способ позволяет увеличить объем туфель на полразмера.

НЕ СКОЛЬЗИЛИ

Если подошва на ваших новых шпильках абсолютно гладкая, это опасно,

так как в них можно легко поскользнуться и упасть. Чтобы этого не произошло, перед тем, как выйти из дома, потрите подошву НАЖДАЧНОЙ БУМАГОЙ.



НЕ ПОЗВОЛЯЛИ СТОПЕ СЪЕЗЖАТЬ ВПЕРЕД

В туфлях на высоких каблуках эта проблема может раздражать очень сильно — нога постоянно

съезжает вперед, к мыску, что вызывает боль и потертости. Чтобы зафиксировать стопу, перед тем, как обувать туфли, сбрызните стельку ЛАКОМ ДЛЯ ВОЛОС, и нанесите немного лака прямо на кожу стопы.



ЧТОБЫ ШВЫ ОТ БЕЛЬЯ НЕ БЫЛИ ВИДНЫ ПОД ШЕЛКОВЫМ ПЛАТЬЕМ

Платья из тонких тканей — шелка, атласа, трикотажа, шифона требуют бесшовного белья. Но даже оно не всегда выручает. И если с бюстгалтером дело обстоит более или менее



сносно, то подходящие трусики выбрать бывает очень сложно. На помощь придет совет от стилистов, одевающих звезд для «оскаровских» церемоний. Лучшим бельем под облегающие платья они считают шортики, которые можно сделать ИЗ ОБЫЧНЫХ КОЛГОТОК. Нужно просто обрезать колготки, оставив только верхнюю часть, и надевать получившиеся шортики как белье.

ЧТОБЫ ПАРФЮМ ДЕРЖАЛСЯ ДОЛЬШЕ

Ценик на флаконе далеко не всегда гарантирует стойкость аромата. Даже очень дорогие духи имеют свойство улетучиваться, спустя некоторое время. Как же продлить их существование на своем теле и наслаждаться их присутствием как можно дольше? Используйте такой прием:



распылите любимый аромат на ЩЕТКУ ДЛЯ ВОЛОС, а затем расчешите волосы. Поскольку волосы не имеют саленных желез, и они не потеют, аромат удерживается на них значительно дольше, чем на теле.

ЧТОБЫ ПРИЧЕСКА БЫЛА ИДЕАЛЬНОЙ

Выбивающиеся волоски из причёски могут просто свести с ума. Чтобы укротить непослушные пряди, нанесите на руки немного УВЛАЖНЯЮЩЕГО КРЕМА ИЛИ ЛОСЬОНА и слегка пригладьте уже готовую причёску. Только не переусердствуйте. Излишек крема может утяжелить волосы. Если вам нужно «поставить на место» волосы около пробора, сбрызните



ЗУБНУЮ ЩЕТКУ лаком для волос и причешите волосы вдоль пробора.

ЧТОБЫ ГЛАЗА НЕ ВЫДАВАЛИ ВОЛНЕНИЕ

Если накануне ответственного события вы волновались и не могли заснуть, возможно, наутро у вас будет уставший вид. Чтобы придать яркость взгляду и сделать его свежим и открытым, воспользуйтесь та-

хитростью: подчеркните внутренние уголки глаз белым карандашом и слегка его растушуйте.

ЧТОБЫ УКРАШЕНИЯ СВЕРКАЛИ

Вы достали из шкатулки фамильные драгоценности и расстроились, увидев их потускневшими, с налетом и совсем без блеска. Это поправимо. Быстро приведите их в порядок поможет лучшее домашнее средство для очистки — жидкое СРЕДСТВО ДЛЯ ПОСУДОМОЕЧНЫХ МАШИН и зубная щетка. Нанесите немного средства на щетку, почистите изделия, хорошенько смойте водой, вытрите хлопчатобумажной салфеткой насухо и наслаждайтесь блеском и красотой!



ЧТОБЫ АВТОЗАГАР ВЫГЛЯДЕЛ РОВНЫМ И ЕСТЕСТВЕННЫМ

Если вы слегка переборщили с автозагаром, и кожа стала слишком темной или на ней образовались темные полосы, не паникуйте! Потрите проблемные места КУСОЧКОМ ЛИМОНА — и проблема решена.



ЧТОБЫ ПРЫЩИК БЫСТРО СТАЛ НЕВИДИМЫМ

Если, проснувшись в день праздника, вы обнаружили прыщик на самом видном месте, смочите ватную палочку в ВИЗИНЕ или других глазных каплях от покраснения и обработайте ею прыщик (вещество, содержащееся в глазных каплях, сужает сосуды и убирает красноту). После этого

нанесите на прыщик немного КОНСИЛЕРА и припудрите.

ЧТОБЫ ФОТОГРАФИИ БЫЛИ САМЫМИ ЛУЧШИМИ

Фототграфы утверждают, что по непонятной причине левая сторона лица выглядит более эмоциональной и поэтому получается лучше на фото. Итак, когда вы увидите обращенную на себя камеру, поверните голову и ПОСМОТРИТЕ НАПРАВО — это самый простой способ выглядеть на снимке лучше.



ЧТОБЫ СТЕРЕТЬ С ПЛАТЬЯ ПОМАДУ ИЛИ ТОНАЛЬНЫЙ КРЕМ

Вы надевали платье и испачкали его помадой или тональным кремом? Не беда! Вам поможет ПЕНА ДЛЯ БРИТЬЯ. Нанесите немного пены на пятно, слегка потрите, а затем удалите остатки влажной салфеткой. Вуаля! Если же вы заметили на платье жирное пятно, нанесите на него немного жидкого средства для посудомоечных машин, а затем также удалите салфеткой.



ЧТОБЫ ПОПРАВИТЬ МАНИКЮР

Вы увидели, что лак на ногтях откололся или размазался, а времени на новый маникюр нет? Нанесите на ногти прозрачный лак, а сверху ПРИСЫПЬТЕ БЛЕСТКАМИ. У вас получится сверкающий, нарядный маникюр.



Подготовила
Валентина
КИРНОС

Недавно мне поставили диагноз — хронический токсоплазмоз. Врач сказала, что это заболевание может в будущем стать причиной мертворождений и назначила 2 курса комплексного лечения. Я прошла эти два курса, но все равно очень волнуюсь. Может быть, вы посоветуете что-то еще?

Если Вы прошли два полных курса комплексного лечения, и анализы после проведенного лечения хорошие, этого вполне достаточно.

Но, чтобы окончательно успокоиться, через некоторое время пройдите дополнительное обследование, и если будет надо, курс лечения повторите, желательно до наступления беременности.

Три года назад у меня диагностировали крауроз вульвы. Назначили лечение мазью. Помогло, но сейчас болезнь возобновилась. Что Вы посоветуете делать, чтобы излечиться окончательно?

Крауроз, как правило, возникает из-за нарушения обменных процессов в тканях, а процессы эти связаны с возрастными изменениями, а также с нарушениями в эндокринной системе (сахарный диабет, заболевания щитовидной железы и др.).

Такие изменения корректировать трудно, поэтому, скорее всего, в Вашем случае потребуются постоянное комплексное лечение.

Практически каждый человек рождается с каким-нибудь талантом, способностями. И если эти способности не раскрыть в детстве, они так и будут спать внутри, возможно, оставаясь не востребуемыми до конца жизни.

А ЕСЛИ ОН ВУНДЕРКИНД?

Основных талантов всего пять

● **Академический.** Способность приобретать новые знания, постоянно учиться.

● **Интеллектуальный.** Способность к решению задач, требующих однозначного решения.

● **Креативный.** Способность к творчеству, изобретательству, созданию чего-то уникального.

● **Сенсомоторный.** Он делится на два подкласса: скоростно-силовой — способность к высоким спортивным достижениям, и тонко-сенсорный — способность мастерить («золотые руки»).

● **Психологический** — способность к человеческому общению, умение понимать поведение людей, прогнозировать его, воздействовать на них.

Каждый из этих талантов способен проявляться многообразно. И ребенок с 3 до 5 лет интуитивно пробует все виды

деятельности. В этот момент родителям очень важно заметить, что особенно привлекает малыша, нравится, лучше всего получается. Родителям можно посоветовать самим попробовать решать простейшие задачки на логику, учить и читать наизусть стихи, что-то мастерить, музицировать — чтобы помочь ребенку выявить свои способности. Это не значит, что малыш сразу начнет развивать свои способности с вашей, конечно, помощью и тут же станет вундеркиндом. Но занятия тем, что ближе и интереснее всего, приносят максимальную пользу.

Следующий период обращения к внутренним природным талантам — подростковый возраст: с 12 до 14 лет. В этом возрасте особенно важна поддержка родителей, потому что выявленные в этом возрасте способности чаще всего становятся если не определяющим фактором для выбора профессии, то остаются с че-

ловеком в качестве хобби на всю оставшуюся жизнь.

Например, в подростковом возрасте легко выявить интеллектуальные способности, даже если ребенок не отличник в школе. Если он способен одновременно делать несколько дел, например, слушать музыку, играть на компьютере и участвовать в разговоре, значит в нем от природы заложен «феномен Юлия Цезаря» — значительный объем внимания, который надо развивать.

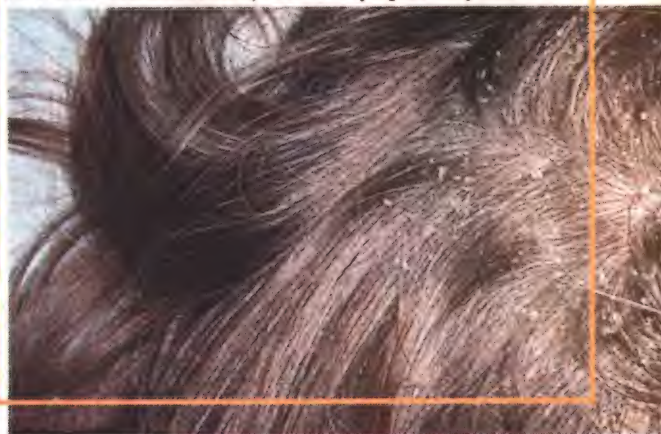
ВНИМАНИЕ! Не расстраивайтесь, если вам не удалось разглядеть таланты ваших детей в раннем возрасте. Определить данные природой способности помогут специальные тесты. Но лучше, если тестирование проведет профессиональный психолог. Самотестирование с помощью Интернета может сильно исказить результаты.

ДЕРМАТОЛОГ ОТВЕЧАЕТ

Кандидат медицинских наук **Ольга ДЕМЬЯНОВА**

А дочке 12 лет. В последнее время её кожа, особенно на голове, стала неприятно пахнуть. Особенно, если намочить. Кроме того, на голове появилась перхоть. Можно ли с этим что-то сделать? Я боюсь, что ее будут дразнить в школе!

Конечно, приятно, когда у ребеночка бархатистая нежная кожа, пахнущая молочком! Но детушки растут (это непреложный факт) и превращаются в прыщавых вонючих и вредных подростков. 12 лет — это уже период активного полового созревания у девочек. Начали вырабатываться женские и мужские гормоны. А кожа — орган гормонозависимый — отреагировала увеличением активности сальных желез, усилением размножения некоторых грибов и бактерий. Для коррекции ситуации берем шампунь «Циновит» или «Кето-плюс» и моем детенышу голову 2-3 раза в неделю по инструкции в течение 1 месяца. Затем эту процедуру проводим уже 1 раз в неделю, а остальное время используем обычный косметический шампунь. По поводу дразнилок не переживайте. У подростков совершенно иное восприятие запаха (им положено сильно пахнуть, и они не очень это замечают). Поэтому вряд ли унюхают.





ОТВЕТЫ мамам

Мой десятилетний сын уже 3 года занимается футболом. В этом году у него будут первые серьезные соревнования. Но я очень волнуюсь за его здоровье. За этот год он вырос на 5 см, ссутулился и стал жаловаться на боли в спине после тренировки. Что нам делать?

У серьезной команды в наше время должен быть не только тренер, но и врач-реабилитолог, в его обязанности входит тестирование всех участников команды и с помощью специальных упражнений устранение асимметрии и мышечного дисбаланса.

Человеческий позвоночник в норме имеет 4 изгиба:

шейный лордоз — отклонение внутрь в шейном отделе;

грудной кифоз — смещение кзади в грудном отделе;

поясничный лордоз — отклонение внутрь в поясничном отделе;

крестцовый кифоз — смещение кзади в крестцовом отделе.

Такое строение позвоночного столба предназначено для снижения амортизационной нагрузки при ходьбе и поднятии тяжестей.

Угол выпуклостей и впадин в норме не превышает 40°. Когда у человека увеличивается величина грудного кифоза, то возникает ущемление нервных корешков в поврежденных сегментах позвоночника (компрессионный син-

дром). А на фоне юношеской сутулости может развиваться болезнь Шейермана-Мау (дорзальный ювенильный кифоз). Она сопровождается клиновидной деформацией нескольких позвонков с формированием позвоночного горба (наружного выпячивания в грудном отделе). Причина заболевания — слабость мышечного-связочного аппарата, который не справляется с интенсивным ростом костей и позвонков подростка.

С течением времени появляется уплощение поясничного лордоза, что приводит к нарушению осанки по типу плоской спины, но с чрезмерным выпячиванием грудного кифоза.

Если у детей после физических нагрузок периодически возникает боль между лопаток, надо заподозрить данное заболевание. На ранней стадии болезни комплекс лечебной гимнастики позволит укрепить скелетную мускулатуру и предотвратить клиновидную деформацию. Но назначение специального комплекса упражнений необходимо доверить ортопеду-травматологу.

В домашних условиях пациент должен ежедневно выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса (антагонистов мышц спины).

При умеренной выраженности заболевания основной диагноз ставится по рентгенологическому исследованию с выявлением клиновидных грудных позвонков, а также по магнитно-резонансному исследованию — для оценки изменений в мягких тканях позвоночного столба. В поздних стадиях заболевания появляется позвоночный горб и другие нарушения осанки, которые нельзя устранить с помощью одних только упражнений. Требуется комплексное лечение, включающее противовоспалительные средства, вытяжение, лечебную гимнастику, физиотерапию и массаж.

При выявлении заболевания ребенку запрещены некоторые виды упражнений и противопоказаны занятия школьной физкультурой, но обязательно назначаются занятия плаванием.

На вопрос отвечала
врач-педиатр,
кандидат медицинских наук
Александра ЕМЕЛЬЯНОВА

На вопросы отвечает
врач-дерматовенеролог,
кандидат медицинских наук
Ольга ДЕМЬЯНОВА



Мне 18 лет. Недавно я купила новые прокладки и после их использования почувствовала дискомфорт, так как кожа «не дышала». В дальнейшем я заметила на лобке два прыщика, решила их выдавить. Содержимое представляло собой что-то вроде жировичка диаметром 1 мм. Выдавились легко, но сразу появилась кровь. Все прошло, но затем они стали появляться снова и снова в большом количестве. Я их выдавливала, прижигала зеленкой, йодом. Что это может быть? Может ли передаться моему молодому человеку при половом контакте?

То, что Вы описываете, очень напоминает контактный моллюск. Это вирусное заболевание. Передается контактным путем, причем у взрослых людей чаще именно при половом контакте. Может иметь значение использование загрязненных предметов (полотенца, мочалки, постельное белье). Поэтому Ваш половой партнер вполне может получить инфекцию.

Постоянное появление новых узелков может быть связано либо с недостаточным обеззараживанием предметов (белье, полотенце), либо с растаскиванием инфекции при бритье, депиляции, расчесывании или трении белья в зоне поражения.

Лечится именно так, как Вы и поступали: выдавливание белого содержимого с последующей обработкой раствором йода или иного антисептика. Не забывайте также о дезинфекции (кипячение или горячий утюг) белья и полотенца, с которыми соприкасалась пораженная кожа.

Как правило, здоровый организм в конце концов справляется с инфекцией и вырабатывает стойкий иммунитет.

МНОГО ЕСТ? МАЛО ЕСТ?

Знаю, что взрослому человеку для нормальной жизни требуется чуть более 2000 ккал в сутки. Но мой четырехлетний сын съедает практически столько же, сколько и я, при этом лишнего веса у него нет, просто он не худой. А сколько калорий надо ребенку? Может быть, я зря стала уменьшать сыну порции, когда поняла, что он ест, как взрослый?



По данным Продовольственной и сельскохозяйственной организации ООН (ФАО), признано, что минимальное количество калорий, необходимое для жизни среднестатистического человека, в день — примерно 1800 ккал. Приблизительно на столько и тянет Ваш рацион, если Вы не злоупотребляете сладким и жирным. Детям в возрасте 4-5 лет требуется всего на 200 ккал меньше (1600 ккал), особенно если они ведут подвижный образ жизни. Тем, кто предпочитает сидеть перед телевизором, рисовать и лепить, достаточно 1400 ккал в день. Так что не удивительно, что Ваш сын ест наравне с Вами и не толстеет. Просто следите, чтобы его рацион был сбалансированным и в нем было достаточно белков, необходимых для роста.

БЕРЕГИТЕ СПИНУ

Многие мамы жалуются, что купание малыша в ванной вызывает сильную боль в спине из-за того, что приходится стоять, наклонившись. Кто-то даже приносит в ванную стульчик, чтобы не наклоняться. Есть более удобный способ. Если у вас не получится купить подобный коврик, сделайте его сами. Вам понадобится кусок поролона, проволока и непромокаемая ткань шириной 75-80 см и длиной, равной расстоянию от пола до верха ванны, умноженному на 3.

Мысленно разделите ткань на три части. Подверните края, в боковые швы верхней и средней части вставьте проволоку. Согните ее так, чтобы коврик, свисая верхней частью в ванну, хорошо на ней держался. К средней части пришейте несколько кармашков для необходимых флаконов, а к нижней — поролон. Когда, купая малыша, вы встанете на нижнюю часть коврика на колени, вам будет удобнее играть с ребенком и мыть его, ваше лицо будет гораздо ближе, и крохе не придется задира голову, чтобы увидеть вас.

Подготовила Галина УШАКОВА



НАЕДИНЕ

У нас с сестрой разница всего в два года. Росли мы с ней вместе и с самого детства дружили. У меня нет ни одной подруги ближе, чем моя старшая сестра, потому что мы всегда очень активно общались: вместе делали уроки, обсуждали все школьные проблемы, делились секретами, а когда подросли, стали обсуждать не только школьные дела, но и личную жизнь друг друга. Я никому не могла рассказать того, что обсуждала с сестрой. Надо ли говорить, что я ей всегда полностью доверяла!

Но недавно, совершенно случайно, я узнала, что всё, о чем мы секретничали с сестрой, известно нашей маме.

Оказывается, она всегда и всё в мельчайших подробностях обсуждала с мамой, якобы хотела посоветоваться с ней, чтобы помочь мне разобраться в той или иной ситуации. Но я ни разу не ощутила никакой более или менее ощутимой помощи ни со стороны сестры, ни с маминной стороны. Не могу простить сестре предательства и теперь прекратила всякое общение с ней, а заодно и с мамой.

Но это же не может продолжаться до бесконечности! И что мне делать дальше?

Вы вспоминаете о своих отношениях с сестрой в детстве и юности, как о чем-то безоблачно-счастливым. Но таким детство и юность кажутся нам лишь по прошествии времени. Ибо таково свойство нашей памяти: все плохое и неприятное забывается, а вспоминается только светлое и радостное.

А в жизни так не бывает! Наверняка, вы с сестрой в детстве и ссорились, и, возможно, даже дрались — просто Ваша память этих моментов не сохранила.

А сестра делилась Вашими секретами с мамой лишь с одной целью: оградить Вас от каких-то неприятностей, «помочь» Вам в чем-то разобраться, не наделать ошибок. Именно так она и объяснила Вам свое «предательство». Но Вы ее объяснения не приняли, наверное, потому, что не поняли. Все мы часто бываем склонны искренние проявления любви наших близких воспринимать, как покушение на нашу свободу, признак недоверия, слишком строгого контроля, а то и предательства.

Поговорите с сестрой, вспомните детство, обговорите с ней все свои обиды и недоумки, постарайтесь услышать друг друга и обязательно помириться. Не забывайте, что вы с ней — самые близкие и родные люди.

У моей дочери две девочки: 5 и 6 лет. И, как я вижу, дети совершенно не воспитанные. Они не умеют вести себя за столом, могут начать кричать, вредничать, ссориться и даже драться во время обеда или ужина. А уж какими они растут

капризными и своевольными! Мы своим детям такого не позволяли, они все-таки слушались старших. Но современные родители считают, что дети должны расти свободными, и ничего им не запрещают. А ведь им скоро предстоит идти в школу.

Как же они будут слушать учителя и общаться с одноклассниками, если считают, что все должно делаться для них, ради них и только так, как хотят они? С этим надо срочно что-то делать. Как мне объяснить дочери, что детей все-таки надо воспитывать: в чем-то ограничивать, требовать от них послушания, да и правил хорошего тона никто не отменял? аша проблема, скорее всего, не в неправильно воспитываемых внуках, а в ваших отношениях с дочерью.

Вы никак не можете смириться с тем, что она уже мама и сама вправе воспитывать своих детей. Вы же все время стараетесь всем доказать, что главная (и самая правильная) мама здесь — Вы, а кроме того, только Вы знаете, как правильно воспитывать детей: то есть, и Вашу дочь, и внушек.

Конечно, правил хорошего тона, или этикета, никто не отменял, и девочкам в не столь далеком будущем будет трудно в приличном обществе — если они туда попадут. Но если бы эти дети вели себя за столом безупречно, Вы все равно нашли бы серьезные пробелы в их воспитании — не в плане этикета, так в каком-то другом.

А причина все та же: никто не знает лучше Вас, как надо правильно воспитывать детей.

Ваша задача — не пытаться изо всех сил доказать дочери и внукам, кто здесь самая лучшая мама, а совместно с дочерью выработать единую линию воспитания детей. Постарайтесь основательно подготовиться к такому разговору, убедите дочь, что свобода бывает полезна только хорошо воспитанному человеку, когда он уже сознательно дает отчет своим действиям. Сейчас же ваша общая с дочерью задача — привести в школу нормально воспитанных детей, которые смогут достойно общаться и с одноклассниками, и с учителями.

Мы с моим мужчиной пятый год живем в гражданском браке. У нас есть общий ребенок, сын, ему два с половиной года. Но от прошлого брака у мужа две девочки — 8 и 10 лет. Он часто забирает детей у матери на несколько дней. Обычно это выходные дни, длительные праздники,

школьные каникулы. Муж возит своих детей отдыхать на море, а мы с сыном все лето проводим на горячем городском асфальте.

Конечно, я понимаю: он развелся с женой, а не с детьми, и остается им отцом, как говорится, пока глаза не закроются.

Поэтому не протестую, а стараюсь во время их визитов к нам принимать их как можно радушнее и безропотно выполняю роль обслуживающего персонала для двух «принцесс».

О том, чтобы пожениться, муж даже ни разу не заговорил, а я — человек хоть и покладистый, но гордый, и тоже молчу.

Значит, перспектив на брак у нас с ним нет. Иногда мне становится очень обидно за себя: я стараюсь изо всех сил для всех, а о моих желаниях и потребностях никто даже не догадывается.

Я все чаще задумываюсь о том, чтобы



расстаться с этим человеком (а также с его детьми) и начать свою независимую жизнь — вдвоем с сыном.

Но я очень хочу, чтобы у меня была семья, потому что сама я выросла сиротой — после трагической смерти родителей меня взяла к себе моя тетя, мамина сестра. Ни пожаловаться, ни попросить совета мне не у кого.

Помогите мне, подскажите, как смириться с ситуацией и ощущать свою жизнь и свою семью полноценной.

Ну, полноценной семьи, как Вы сами понимаете, у Вас нет. А поскольку переделать взрослого мужчину невозможно, то Ваша дальнейшая жизнь сейчас зависит от того, что Вы сами для себя выберете: расстаться с мужем или смириться с той ситуацией, которая сейчас складывается у вас.

Если Вы выберете второй вариант, Вам придется значительно снизить свои требования к мужу и принять тот образ жизни, какой у вас уже сложился.

Возможно, со временем Вы научитесь не только понимать, но и принимать его таким, какой он есть.

И если при этом Вы не будете страдать и корить себя за то, что не решились когда-то разорвать с ним отношения, то постепенно привыкнете жить надеждой на то, что дети мужа от первого брака скоро вырастут, «вылетят из гнезда», а Ваш муж свое свободное время будет отдавать вашему общему ребенку.

Решайте сами, потому что, как Вы сами уже поняли, Ваш муж ничего в вашей жизни ни решать, ни менять не желает.

Мы разошлись с мужем, когда моему сыну было всего 4 года. Сейчас ему 10, но с отцом он общается очень редко, а когда мы с ним проводим время вместе, мальчик о нем не спрашивает и почти не вспоминает.

А я встретила человека, с которым собираюсь связать свою жизнь. Мы встречаемся уже более двух лет, а недавно он сделал мне предложение замужества. Окончательного ответа я ему еще не дала и с сыном на эту тему еще не говорила, просто боюсь, что встречу протест, хотя мы с ребенком очень близки, он мне доверяет, я ему тоже. Мне очень не хочется разрушать те теплые дружеские отношения, что у нас с ним сложились, но и приносить себя в жертву материнству, отказываясь от личного

счастья, тоже.

Подскажите, пожалуйста, как мне поговорить с сыном, чтобы он меня понял, осознанно отнесся к моему решению и доброжелательно — к моему избраннику.

Конечно, если Вы на протяжении двух лет хорошо изучили своего нынешнего избранника и решили выйти за него замуж, теперь надо подготовить к этому важному шагу в вашей жизни сына.

Имейте в виду, что протест с его стороны будет обязательно. Во-первых, он еще надеется (как и все дети, которых оставил отец), что семья ваша снова станет полной — отец вернется, и все будет по-прежнему. Во-вторых, он привык, что ваша семья — это Вы и он, тем более, что вы с сыном так близки, и пускать в свою жизнь чужого человека он категорически не захочет, потому что, в-третьих, ему страшно: сложатся ли в вашей новой семье хорошие отношения и не завладеет ли Вашим вниманием мужчина, который собирается войти в ваш с сыном мир. Согласитесь, все эти причины объяснимы, потому что объективны.

Как же лучше подготовить ребенка к появлению в семье нового папы?

Познакомьте своего мужчину с ребенком и постарайтесь, чтобы сын привыкал к новому «действующему лицу» дозированно и постепенно.

Договоритесь с сыном, что он будет общаться с Вашим избранником так же уважительно и вежливо, как и с остальными взрослыми.

Не оставляйте сына с новым папой надолго одних — старайтесь проводить свободное время все вместе.

Помните, что то общение ребенка с Вами, которое сложилось у вас, заменить нельзя ничем. Он должен не только знать, но и постоянно чувствовать, что ваши с ним отношения нисколько не изменились, вы никогда не предадите родного сына ради чужого мужчины. А для этого обязательно каждый день общайтесь с сыном наедине.

Не заговаривайте сами о родном отце ребенка, не говорите о нем ничего негативного, и уж тем более никогда не сравнивайте его с новым папой.

Работайте над собой, не позволяя чувству вины взять верх над чувством справедливости.

Нашему браку с мужем уже 10 лет, а у мужа уже два года — другая женщина.

Когда это выяснилось, я была в шоке, потому что у нас в семье всегда все было хорошо. Мы не скандалили, у нас не было друг к другу каких-либо претензий, не

говоря уже о непреодолимых противоречиях... В тот момент он был даже готов уйти к своей любовнице, но потом как-то «остыл», признавался мне, что любит только меня, и нашу семью ни на кого никогда не променяет. Сначала я подумала, что он окончательно успокоился и вернулся ко мне, но потом поняла, что все продолжается по-прежнему. Он может несколько дней не ночевать дома, а оставаться у нее, потом неделями жить дома и вести себя при этом как ни в чем не бывало. Меня удручает такая его жизнь — на две семьи.

Хотелось бы уже какой-то определенности, но сама я рушить наш дом с налаженным бытом никогда не решусь. Мне дороги воспоминания о тех замечательных годах нашей жизни, когда все было просто, честно и с полным доверием друг к другу.

Иногда мне кажется, что он мучается из-за чувства вины по отношению ко мне, но сам решиться на радикальную перемену жизни не может. Не могу понять, почему он и не возвращается окончательно, и не хочет развода. Помогите разобраться!

Вашему мужу, как и многим мужчинам, надоедает даже хорошо налаженный быт и хочется новых ощущений. Но когда эйфория от новых отношений проходит (а она неминуемо проходит) и появляются какие-то недопонимания, недовыяснения, несоответствия, сразу вспоминается лучшее время жизни, которое было в первые годы вашего брака, появляется тоска по тем счастливым дням и чувство вины. Вот это все и тянет его домой — в тепло и уют. Но иногда ненадолго, потому что там, в другом доме, тоже остались приятные воспоминания и тоже какое-то чувство вины. И он возвращается туда.

Вот поэтому муж никогда не решится на развод и окончательный разрыв.

Ему, в общем-то, очень неплохо живется и, скорее всего, очень устраивает такая жизнь.

И если именно Вас не устраивает такое положение, то решение — жить или не жить вам вместе — принимать придется именно Вам. Он сам никогда на такой шаг не решится.

Юлия АЛЕКСЕЕВА

С ПСИХОЛОГОМ

ЛОПУХ БОЛЬШОЙ, или репейник

— *Arctium lappa* L.

Лопух большой, репейник, репей, лопушник, — двулетнее травянистое растение из семейства астровых, или сложноцветных, высотой от 60 см до 1,5 м, с крупным мясистым стержневым корнем. Листья очередные, очень крупные, с длинными черешками. В первый год растение развивает только прикорневые листья, на второй год дает стебли и после созревания плодов отмирает. Цветки репейника собраны в шаровидные крупные соцветия-корзинки диаметром 3-4 см. После созревания семян корзинки легко отваливаются целиком от плодоножек и разносятся животными и человеком, прилипая к шерсти и одежде за счет многочисленных крючков.

Цветет в июне-августе, плоды созревают в июле-сентябре.

Лопух большой — евразийский вид, занесенный в Америку. Широко распространен в большинстве регионов России, исключая Крайний Север. Растение произрастает на пустырях, свалках, в канавах, кюветах, заброшенных карьерах, у жилых построек и близ скотных дворов, вдоль дорог, на замусоренных берегах водоемов, в запущенных садах и парках, на межах. Иногда образует целые заросли.

Лечебные свойства лопуха известны с глубокой древности, и в настоящее время он широко применяется в народной медицине при подагре, ревматизме, туберкулезе легких, сахарном диабете, язве желудка, гастритах, камнях в почках и печени, лихорадке, геморрое, хронических запорах, кожных болез-



нях, язвах, злокачественных образованиях и для укрепления волос.

В народной медицине корень также находит широкое применение при водянке, рахите, золотухе, фурункулезе, хронической экземе, при отравлении ртутными препаратами и укусах ядовитых животных.

В корнях содержатся: инулин, эфирное масло, органические кислоты, горечи, фитостерин, смолы, слизи, жироподобные и дубильные вещества.

Сок из лопуха эффективен против возбудителей гнойных заболеваний, при раке пищевода, матки и желудка. Семена и все растение применяют в качестве мочегонного средства, а в сочетании с другими растениями — при кровоизлияниях и укусах насекомых и ядовитых змей.

Свежими листьями печат застарелые гнойные раны, прикладывая их к больным местам.

В аптеках и парфюмерных магазинах продают репейное масло — масляный экстракт из корней лопуха. Смазывание им кожи головы предотвращает выпадение волос. Масло можно приготовить в домашних условиях, если отваренные и растертые корни лопуха смешать с любым имеющимся в доме растительным маслом.

Выкапывают корни лопуха в конце лета и осенью, когда растения уже отцвели. Чтобы сохранить целебные свойства, корень рекомендуется не обмывать, а немного подсушить, очистить щеткой, разрезав вдоль, высушить (лучше в печи или духовке).

ВЫРАЩИВАЕМ СВЕКЛУ

Каждая овощная культура имеет свои особенности, требующие особых специфических приемов в уходе. Есть две особенности у столовой свеклы — плохая и хорошая.

Первая заключается в том, что семена столовой свеклы образуют сросшиеся клубочки, в которых может находиться от двух до семи штук. После всходов такие семена дают густые неровные всходы, и их приходится прореживать в несколько приемов в процессе роста растений. Этой трудоемкой работы можно было бы избежать, будь семена односемянными.

Вторая особенность: удаленные при прореживании растения прекрасно при-

живаются при пересадке их на новое место и не дают уродливых корнеплодов, как это бывает, например, с морковью.

Семена столовой свеклы прорастают уже при температуре +5-7°, но оптимальная температура для них — +20-25°.

Сеют семена в рядки, заделывают на глубину 3-4 см.

Первое прореживание начинают в стадии образования на растениях 3 настоящих листьев. Расстояние между растениями оставляют 1,5-2 см.

Второе прореживание — при 4-5 настоящих листьях.

Удаленные во время второго прореживания растения можно посадить на новую, заранее подготовленную грядку.



ЗАЛИВНОЙ ПИРОГ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ

Приготовьте полужидкое тесто, соединив и взбив миксером 1 стакан сметаны, 1 стакан майонеза, 1 стакан муки, 3 яйца, добавив по 1 ч. ложке соли, сахара и пищевой соды. Из 0,5 кг мясного фарша, заправленного солью и перцем, сформируйте крупные фрикадельки. В смазанную маслом форму вылейте тесто, затем опустите в него фрикадельки, равномерно распределив их в тесте, посыпьте сверху тертым сыром и выпекайте в разогретой духовке примерно 30-40 минут.



КАРТОФЕЛЬНЫЙ РУЛЕТ

Отварите 5-6 картофелин, разомните, добавьте сливочное масло, перец и мелко порезанный укроп. Смешайте 4 ст. ложки натурального йогурта или густой сметаны, 2 ст. ложки майонеза и измельченный зубок чеснока. Расстелите на столе пищевую пленку, выложите на нее картофельное пюре квадратом толщиной в палец, уплотните, смажьте слоем йогуртовой заправки, а поверх нее разложите консервированный горошек, кусочки сыра и вареной моркови. С помощью пленки сверните рулет и вместе с пленкой поставьте в холодильник на 1-2 часа. Затем снимите пленку, украсьте и порежьте рулет на порции.



КАРТОФЕЛЬ С НАЧИНКОЙ

Очистите 3-4 продолговатых крупных картофелины, разрежьте пополам и ложкой выскребите середину, оставив стенки толщиной в 1 см. Поджарьте картофельные чашечки до готовности в растительном масле и выложите на бумажное полотенце выемкой вниз, чтобы стекло лишнее масло.

Измельчите и поджарьте отдельно 2 порезанных зубка чеснока и 1 луковицу. Когда лук станет прозрачным, добавьте 1 порезанный соломкой сладкий перец, через пару минут — 150-200 г мясного фарша, посолите, добавьте по вкусу специи и жарьте до готовности, затем влейте разведенную 2 ст. ложками воды 0,5 ст. ложки томатной пасты и тушите еще 2-3 минуты, снимите с огня, добавьте рубленую зелень петрушки, перемешайте, наполните фаршем картофельные чашечки и подавайте, полив разведенной томатной пастой (по желанию).



РУЛЕТЫ С МЕКСИКАНСКОЙ СМЕСЬЮ

Пакет замороженной мексиканской смеси из кукурузы, горошка и перца или моркови, отварите до готовности в подсоленной воде и откиньте на дуршлаг, чтобы стекла вода.

К 1 кг свиного фарша, добавьте 2 крупных яйца, 1 ч. ложку чесночного порошка или 2 измельченных зубка чеснока, 0,5 ч. ложки молотой паприки, 1 стакан панировочных сухарей, посолите, поперчите по вкусу. Натрите на крупной терке 300 г сыра и разделите полученную массу на 4 части.

На лист бумаги выложите половину фарша, разровняйте в прямоугольный пласт и уплотните ладонями. Посыпьте фарш четвертой частью сыра, выложите половину мексиканской смеси, посыпьте еще одной четвертью сыра, уплотните, затем с помощью бумаги сверните рулетом и переложите на застеленный пекарской бумагой противень.

Повторите то же со второй половиной продуктов. Верх рулетов смажьте взбитым яйцом, накройте их фольгой и запекайте в разогретой духовке в течение 1 часа, затем снимите фольгу, смажьте рулеты яйцом еще раз и запекайте до готовности еще 20 минут. Готовым рулетам дайте полностью остыть и только после этого разрежьте на порции.





ШАШЛЫК

Смешайте молотые специи: по 0,5 ч. ложки мускатного ореха и тмина, по 1 ч. ложке тимьяна, душистого, белого, черного перца и паприки. Полностью обмажьте этой смесью куски порезанного на шашлык мяса, посолите, перемешайте, накройте крышкой емкость с мясом и оставьте минимум на 2 часа, а максимум — на ночь. Порежьте крупно по размеру кусочков мяса лук, помидоры и сладкий перец. Нанижите мясо и овощи на шампур и жарьте на огне или гриле до готовности.



КЕБАБ ПО-ИНДИЙСКИ

Раскалите в сотейнике 3 ст. ложки растительного масла, поджарьте на нем до золотистого цвета 1 большую мелко порезанную луковицу, убавьте огонь, добавьте по 0,5 ч. ложки чесночного порошка и молотого имбиря, по 1 ч. ложке куркумы и молотого кориандра и 2 ч. ложки порошка чили, перемешайте всё с луком. Затем добавьте в сотейник 2 очищенных от кожицы и порезанных кубиками свежих помидора и 3 ст. ложки томатной пасты. Жарьте, помешивая, 1-2 минуты, затем влейте 0,5 стакана теплой воды и выложите купленные в магазине или приготовленные дома кебабы — колбаски из говяжьего фарша, приправленного солью и перцем. Дайте содержимому сотейника покипеть 3-4 минуты, затем добавьте по желанию зелень кинзы и сметану.

КУРИЦА С ГАРНИРОМ В ОДНОЙ СКОВОРОДЕ

Отварите аль-денте 400 г макарон-спиралек. На смеси растительного и сливочного масла поджарьте 200 г шампиньонов, выньте их из сотейника и на этом же масле поджарьте почти до готовности 4 куриных грудки, предварительно посолив и поперчив их. Выньте грудки из сотейника, а в нем доведите до кипения 2 ст. ложки томатной пасты и 1 ст. ложку сметаны, добавьте 1 стакан бульона, специи для курицы и выложите в сотейник грибы, курицу и макароны. Тушите всё вместе, пока количество соуса не уменьшится вдвое. Перед подачей добавьте зелень и раскрошенный козий или голубой сыр.



КУРИЦА ПО-КАЛИФОРНИЙСКИ

Соедините 0,5 стакана бальзамического уксуса, 1 ст. ложку чесночного порошка, 2 ст. ложки меда, 2 ст. ложки оливкового масла, 2 ч. ложки сушеных итальянских трав, соль и перец по вкусу. Обмажьте этим маринадом 4 куриные грудки и оставьте на 20 минут. Запеките грудки в разогретой духовке до готовности, а как только вынете курицу из духовки, сразу положите поверх каждой грудки ломтик моцареллы, чтобы сыр успел расплавиться, а на сыр — по ломтику авокадо и кружку свежего помидора. Сбрызните бальзамическим уксусом, посыпьте мелко порезанной петрушкой, порежьте грудки на порции и подавайте к столу.





ФАРШИРОВАННАЯ КУРИНАЯ ГРУДКА

Чтобы нафаршировать 1 куриную грудку, смешайте 100 г мягкого сыра, 50 г размороженного и обсушенного шпината, добавьте соль и перец по вкусу. Надрежьте грудку в самом толстом месте, вложите в разрез сыр со шпинатом и хорошенько заколите зубочистками, чтобы начинка не вытекла при приготовлении. На тарелке смешайте панировочные сухари с приправой для курицы, запанируйте грудку и выложите на противень, застеленный пергаментом. Запекайте в разогретой духовке 35-40 минут. Перед подачей не забудьте вынуть зубочистки.



ПИРОЖНОЕ «ТРЕУГОЛЬНИК С КОКОСОМ»

Предлагаем вам попробовать приготовить два варианта пирожных. Их пекут из одинакового теста, но отличается оно лишь добавлением какао.

Смешайте 4 яйца и 1,5 стакана сахарной пудры, по 0,5 стакана воды и растительного масла, 1 ч. ложку с горкой пищевой соды, всыпьте 3-3,5 стакана просеянной муки и замесите жидкое тесто.

Вылейте его в выложенную пекарской бумагой форму и выпекайте в разогретой до 160° духовке до готовности. Проверьте ее деревянной зубочисткой или шпажкой. Дайте коржу полностью остыть.

Соедините в кастрюле 1,5 стакана молока, 0,5 стакана сахара и 3 ст. ложки порошка какао, доведите до кипения и остудите. В плоскую тарелку насыпьте кокосовую стружку. Остывший корж разрежьте на квадраты, а потом каждый из них на треугольники. Если внутри корж еще не остыл, разложите треугольники и дайте им остыть, затем окуните каждым ребром сначала в шоколадную смесь, а затем в кокосовые стружки и выкладывайте на блюдо. Подержите пирожные в холодильнике 2-3 часа и подавайте.

Треугольники из шоколадного коржа разрежьте на две части, прослоите любым кремом по вашему выбору. Обмакивайте в смесь 1 стакана молока и 2 ст. ложек сахарной пудры.

РУЛЕТИКИ С КУНЖУТОМ

Смешайте по 1 стакану теплого молока и теплой воды, добавьте 1,5 ст. ложки сахара и пакетик дрожжей. Когда появятся пузыри, добавьте 1 ч. ложку растопленного сливочного масла, 2 ст. ложки уксуса, перемешайте, всыпьте 1 ч. ложку соли и 5-5,5 стаканов муки. Замесите тесто так, чтобы оно не прилипало к рукам, поместите его в пакет и оставьте на 30-45 минут. Подошедшее тесто разделите на 12 равных частей, берите из пакета по две части, раскатывайте в небольшие круги, каждый из них смазывайте растопленным сливочным маслом, складывайте смазанной стороной внутрь и вместе раскатывайте в прямоугольный пласт толщиной 0,5 см. На один край подготовленного теста выложите 100 г мягкого сыра и 100 г порезанного кубиками обычного сыра, сверните рулетом. Повторите с оставшимся тестом, у вас получится 6 рулетов. Разрежьте их на порции, смочите одну сторону в смеси патоки и воды и окуните в семена кунжута. Вместо патоки можно использовать взбитое яйцо или сахарный сироп. Выложите рулетики на застеленный пергаментом противень и выпекайте в разогретой духовке до готовности.



ШОКОЛАДНЫЙ ДЕСЕРТ ИЗ ПЕЧЕНЬЯ

Растопите на водяной бане 2-3 плитки темного шоколада и смешайте с распущенным в 0,5 стакана горячего молока желатином (1 пакетик).

Бисквитное печенье двух видов — белое и шоколадное — прослоите застывающей шоколадной массой, поставьте вертикально в один ряд на плоское блюдо и облейте оставшимся шоколадом. До подачи держите десерт в холодильнике.



ПОЛЕЗНЫЕ ИДЕИ ДЛЯ ПИКНИКА

Начиная с майских дней, когда в лесу, парке или на даче все уже покрывается зеленью, многие стараются праздники или просто выходные дни проводить на природе. Сегодня мы предлагаем несколько идей, которые помогут вам устроить пикник для друзей или праздник для близких.



ПРАЗДНИЧНОЕ НАСТРОЕНИЕ

Совсем немного усилий потребует создание праздничного настроения.

- Украсьте стол с закусками букетом весенних цветов и привяжите к емкости с цветами несколько ярких шариков.

- Если отмечаете на даче чей-то день рождения, не поленитесь сделать из садовой стремянки этажерку-стенд — с фотографиями именинника, цветами и угощением. Получится оригинальная огромная поздравительная открытка виновнику торжества.



ПРИЯТНАЯ АТМОСФЕРА

Все знают, что главный бич пикника — мошки, комары и осы, которых притягивают запахи еды и участники пикника. Люди ухитряются защищаться от укусов репеллентами. Но защита требуется и для еды: не очень приятно есть угощение, которое уже ели — или продолжают есть! — насекомые.

- Отлично отгоняет насекомых смесь эфирных масел лимона и гвоздики. Причем не обязательно смешивать и расставлять на столе собственно масла — они имеют слишком яркий запах; достаточно разрезать пополам лимон и воткнуть в его мякоть 8-10 бутонов гвоздики. У этого натурального средства аромат будет не таким сильным и не перебивает запах еды. А для многих насекомых он так же неприятен, как для людей запах тухлого мяса.

- Комаров привлекает не только тепло человеческого тела, но и выдыхаемый нами углекислый газ. Исходя из этого, можно легко смастерить ловушку для комаров, которая избавит вас от назойливых насекомых.

Залейте стакан сахара стаканом воды и нагревайте, помешивая, пока сахар не растворится, снимите с огня, разбавьте холодной водой до температуры около 40° и добавьте 1 ч. ложку дрожжей.

Двухлитровую пластиковую бутылку разрежьте пополам, полученную «бражку» вылейте в нижнюю часть, а верхнюю часть



опустите в нее горлышком вниз, склейте части по окружности скотчем. Принцип действия ловушки прост. В сахарном сиропе дрожжи начинают активную жизнедеятельность, выделяя много углекислого газа. Привлеченные им комары залетают в ловушку, а обратно выбраться не могут.

Рассставьте несколько таких ловушек на месте проведения пикника, и никакие комары до вас не доберутся.

Подготовила Валентина ЖИЛИНА

ПОРЦИОННОЕ УГОЩЕНИЕ

Кто сказал, что салаты к столу можно подавать только в салатниках? Для пикника больше подходят пластиковые стаканчики!

Вы можете приготовить по два стаканчика для каждого гостя. Один с сытным слоеным салатом, который скрасит ожидание шашлыка. А второй — с нарезанными свежими овощами, которые послужат прекрасным гарниром к приготовленному на огне мясу.

Главное достоинство такой закуски в том, что ее можно приготовить и расфасовать еще дома, а на пикнике просто раздать гостям.

Стаканчики для салатов лучше подойдут из плотного пластика и желательнее с крышкой — такие будут и проще возить, и никакая пыль, грязь или насекомые не попадут внутрь.

Кстати, о насекомых...



Дарим майские скидки!

10% на второй и последующие товары!

Звоните нам БЕСПЛАТНО прямо сейчас! (с 7:00 до 21:00)
8-800-550-0402

Пельменница

Наша машинка: • раскатает тесто в ровный пласт (9 уровней толщины); • равномерно распределит начинку; • приготовит пельменши-равиоли и вареники. Готовьте без труда! Пр-во: КНР. Гарантия 6 мес.

2490 руб.

2190 руб.



Домашний «Спиртзавод»

Домашний спиртзавод: • приготовит 6 литров чистого спирта в день (96%); • экономит электроэнергию (нет ТЭНа). Материал: нерж. сталь. Россия. Гарантия 1 год. Срок службы 3 года.

3990 руб.

1990 руб.



Пленочный обогреватель

Черно-белый (120x58 см) 1690 руб. 1490 руб.
Фотопленка (100x60 см) 1990 руб. 1590 руб.

• Обогреет площадь 15 м² дома и на даче; • не сушит воздух; • безопасен — не обжигает (t = 75°). Россия.



Ультразвуковые стиральные машинки «Золушка»

Золушка 1190 руб. 990 руб.
Золушка-стерео 1390 руб. 1190 руб.

* в комплекте два излучателя.

Стирает без водопровода, «кушает» всего 20 Вт, не портит вещи, не шумит. Выручит вас в поездке, на даче. Забудьте о стирке вручную! Россия.



Инкубатор с автоповоротом (выводимости 92%)

(220/12 В) (220/12 В) ЦТ
36 яиц 3460 руб. 4170 руб.
63 яйца 3590 руб. 4440 руб.
104 яйца 4210 руб. 5300 руб.

ЦТ — цифровой терморегулятор. В продаже сетка для гусиных и перепелиных яиц, овоскоп.

• Сам переворачивает яйца каждый час; • создает оптимальную температуру. Россия.

Также в продаже инкубаторы с гигрометром.



Складной парник-теплица

высота 0,7 м высота 1,2 м
1,2 (Ш)×4 (Д) м 1190 руб. 1490 руб.
1,2 (Ш)×6 (Д) м 1390 руб. 1690 руб.

• Устанавливается за 15 мин, не боится ветра; • «вечные» дуги из ПВХ; • агротекс спасет от заморозков (до -6 °С), удобно крепится к дугам; • складной (удобно хранить!). Россия.

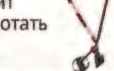


Мотолопата-окучник «Чибис»

Облегчит садовый труд: • сделает 10 видов работ (окутит, прорыхлит, нарежет дерн, скосит сорняки и пр.); • поможет обработать большие участки (до 20 соток). Пр-во: Россия. Срок службы 5 лет.

2280 руб.

1990 руб.



Пневматический пистолет

Пистолет «Макаров». (Металл) 165 мм. США 5190 руб.
Пистолет. (Пластик) 180 мм. США 3490 руб.
Винтовка. (Металл, пластик) 1090 мм. Россия 5480 руб.



Для самообороны и развлекательной и спортивной стрельбы. Не является оружием. Калибр: 4,5 мм. Скорость выстрела: 105-120 м/с. Источник энергии: CO₂. Мощность: до 3 Дж.

Шланг «Икс Хоз» с насадкой

от 1 шт. от 2 шт.
15 м* 890 руб. 790 руб.
30 м* 990 руб. 890 руб.
45 м* 1390 руб. 1290 руб.
60 м* 1790 руб. 1690 руб.

ОРИГИНАЛ



• Под напором воды (от 2 атм.) «вырастают» в 3 раза; • легкие — всего 1 кг; • не перекучиваются. Материал: пластик, латекс. Пр-во: Китай. *Длина шланга в рабочем состоянии.

Шнековая соковыжималка Мотор-Сич

Извлекает почти 100% сока из овощей, фруктов и ягод. Быстро и без электричества! Долговечна и надежна — сделана из алюминия. 32×27×13 см. Украина. Гарантия 6 мес.

2280 руб.



Очки-лупа

Прочитайте самый мелкий шрифт на этикетке или вдените нитку в иголку с очками-лупами: • увеличивают в 1,6 раза; • надеваются поверх ваших очков; • прочные линзы. +2,5 дптр; расстояние между дугами: 14 см.

790 руб.



Отпугиватель клопов, моли, муравьев

• На площади до 185-230 м²; • действует ультразвуком; • срок исчезновения насекомых — 4-6 недель; • безвреден для человека и животных. 90×84×105 мм; 220 В; 1,5 Вт; 30000-65000 Гц; 140 дБ.

2190 руб.

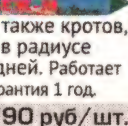


Отпугиватель медведки

Защитит огород от медведок, а также кротов, полевков, землероек. Действует в радиусе 20-25 м. Эффект — через 5-10 дней. Работает от 4 батареек R14 (С, 343). Россия. Гарантия 1 год.

Отпугиватель (от 2 шт.) — 790 руб./шт.

980 руб.

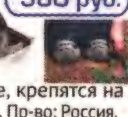


Наколенники садовые

Вещь №1 при работе на грядках! Защитят колени от грязи, сырости и холода! Легкие, крепятся на липучки. Материал: пенополиэтилен. Пр-во: Россия.

Наколенники (от 2 шт.) — 490 руб./шт.

580 руб.



Швейная мини-машинка

«Мастерица» прямой и обратный ход, регулировка стежков, подсветка. 3290 руб.
«Эконом» прямой ход. 1980 руб.

• Прошивает толстые и тонкие ткани; • ножной привод; • рабочий механизм сделан из прочного сплава; • работает от электричества и батареек.

1980 руб.



Антенна цифровая

• Федеральные и каналы в HD-качестве без абонентской платы во всех регионах РФ; • приставка усиливает сигнал комнатной антенны даже в зоне плохого приема. Вход USB, блокировка от детей, меню на русском языке! 6 Вт; пульт д/у.

1690 руб.



Чудо-дорога

Мечта любого ребенка! С ней можно сделать гоночный трек любой формы: круговой, с мостами, со спусками и даже мертвой петлей. Длина трека 3 метра (220 деталей). Устройте невероятные гонки! Гоночная машинка светится в темноте. Дополнительная машинка — 230 руб./шт.

1590 руб.

990 руб.

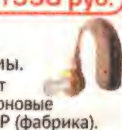


Усилитель звука заушный

Поможет: • услышать даже шепот (два частотных режима); • изолировать посторонние шумы. Удобен для пожилых! Работает от батареек. В комплекте ушные силиконовые вкладыши трех размеров. Пр-во: КНР (фабрика).

2540 руб.

1990 руб.

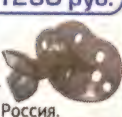


Усилитель «Супер Слух» (при потере слуха до 90%) — 3890 руб. 2990 руб.

Аппарат «Экстра-лор»

Экстра-лор за 15-20 дней: • избавит от храпа и остановки дыхания во сне; • предотвратит ночные скачки давления. Пр-во: Россия.

1290 руб.



Утягивающие шорты (бежевые)

без бретелек 1580 руб. 790 руб.
с бретельками 1780 руб. 890 руб.

• Сделают стройнее на 1-3 размера; • моделируют тело и скрывают свисающие бока, выпирающий животик и складки от белья; • приподнимают ягодицы. КНР. Измерьте объем бедер: S=71-86 см, M=78-92 см, L=83-101 см, XL=89-110 см, 2XL=103-124 см, 3XL=120-140 см.



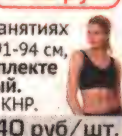
Черные шорты — в ПОДАРОК!

Моделирующий бюстгальтер «АхБра» (компл. 3 шт.)

• Максимальная поддержка груди; • без швов и крючков; • свобода движений даже при занятиях спортом. Размеры: S=86-89 см, M=91-94 см, L=98-102 см, XL=105-109 см. В комплекте 3 цвета: белый, черный, бежевый. Состав: нейлон — 96%, лайкра — 4%. КНР. Бюстгальтер «АхБра» — 540 руб./шт.

1490 руб.

990 руб.



Утягивающие утепленные джинсы «Леджинсы» (компл. 3 шт.)

• Сделают вас на 1-2 размера стройнее; • моделируют тело и скрывают бока и животик; • приподнимают ягодицы; • без застежек, швов и молний. Размеры 42-52; 54; 56-62. В комплекте: синий, серый и черный цвета. КНР. В продаже «Леджинсы» (1 шт.) — 990 руб.

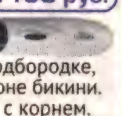
2390 руб.



Эпилятор «Твиззи»

Быстро и безболезненно удалит нежелательные волосы над губой, на щеках, подбородке, в зоне подмышек, на ногах и в зоне бикини. Мини-эпилятор удаляет волосы с корнем.

1190 руб.



Чудо-печь

1,8 кВт (на 40 м³) 2840 руб.
2,6 кВт (на 60 м³) 3380 руб.
Работает на дизеле и керосине (расход — 180 г/час). Не коптит! За 1,5 часа обогреет дом, дачу, склад и пр. (40-60 м³)! Пр-во: Россия. В продаже фитили.

2840 руб.

3380 руб.



Доставка по всей России и Казахстану

Звоните нам БЕСПЛАТНО прямо сейчас!

8-800-550-0402 (с 7:00 до 21:00)

8-800-7000-737; 8 (8332) 54-10-10; 54-12-00.

Пишите по адресу! 610026, г. Киров, а/я 10, отдел 40.

Предложение действительно до 31 мая 2018 г. *Скидки предоставляются на товары с наименьшей стоимостью из заказа. На акционные товары скидки не распространяются. Скидка не превышает 25%.

ОГРН 1154790001057

ООО «МК-Групп» г. Киров, ул. Боровского, 107, этаж 40.

реклама

28 Из истории вещей ХРАНЯЩИЙ ВЕТЕР

...Знаменитая японская писательница X-XI вв. Сэй Сёнагон называла его вещью, «пленяющей утонченной прелестью». Знатки фэн-шуй считали его одним из главных символов — ведь фен-шуй переводится как «быть на лесной поляне, овеваемой свежим ветром». Китайские монахи превратили его в предмет боевого искусства. А средневековая католическая церковь видела в нем дьявольский умысел.

Он был атрибутом величия и средством флирта, признаком богатства и принадлежностью артистов, охранителем Святых даров в ритуальных действиях и модно-гламурным аксессуаром... Конечно же, речь идет о таком необыкновенном изобретении как веер!

«И СЛУЧАЙ, БОГ ИЗОБРЕТАТЕЛЬ...»

Изобретение, действительно, необыкновенное. Но сегодня спорить о том, кто именно изобрел веер или кто первым изобрел, в общем-то, бессмысленно — патент уже не выдадут! Поэтому ограничимся лишь признанием того факта, что, как и зонтик, веер родился на Востоке, в жарком климате — поначалу исключительно для «нагнетания воздуха». Свое место ему уступило огромное опахало из страусиных или чьих-нибудь еще перьев, освежавшее царственных особ, постепенно сократившееся до роскошного минимума, которым эти особы пользовались сами, без использования принудительного труда рабов.

Историки считают, что в случае с веером произошло редчайшее для древнего Востока событие: в Японию веер пришел из Китая, затем там был изобретен складной веер, который в свою очередь заимствовал Китай.

Японцы, споря о приоритете изобретения, аргументируют это огромным разнообразием японских вееров: для приемов и войны, для танцев и чайной церемонии, для театров и гейш — в общем, на все случаи жизни. Китайцы же — возможно, не без оснований! — ссылаются на инь и янь, единство мужского и женского начал... Что интересно, у китайцев число пластинок веера всегда четное, у японцев — нечетное.

ЛЕТУЧАЯ МЫШЬ ИЛИ БОГИНЯ ВЕТРА?

О древности веера свидетельствуют легенды разных стран и народов — и они по-разному говорят о его происхождении.

По одной из японских легенд, недаром в японский иероглиф «оги» («веер») составляющей частью входит другой иероглиф, означающий «крыло». Легенда повествует о мастере, который изобрел складывающийся веер, способный поместиться в рукаве, изучив крылья упавшей ему под ноги летучей мыши...

С ними не согласны те, кто считает, что оги своей формой напоминает часть солнечного диска с исходящими лучами, и потому называют его «солнечным веером».

А по китайской легенде, первый веер на землю принесла великая Богиня ветра. Она была доброй к людям, а много путешествуя по земле, преисполнилась сострадания к их тяжелой доле — тогда она подарила людям волшебный веер, чтобы любой попавший в беду мог сотворить ветер и так обратиться за помощью к Богине...

«ВЕТЕР» ЛЕТИТ ПО ПЛАНЕТЕ

После того, как китайско-японскими изобретателями веер был изобретен, началось его триумфальное шествие по Древнему миру. Сначала в соседнюю Индию, оттуда через Ассирию — к мидянам и персам, финикийцам и египтянам, от них — к древним грекам и этрускам, затем — к римлянам.

В Древнем Египте и огромному опахалу, и небольшому вееру придавалось сакральное значение: они были признаком высокого достоинства, эмблемой счастья и небесного покоя фараона. Часто право обмахивать владыку Египта имели лишь его родственники, им давался особый титул — «веероносцы с левой стороны царя».

В «золотые времена» Рима, погрязшего в роскоши и разврате, нескладывавшимися веерами из листьев или перьев на деревян-

ной или костяной ручке — флабеллумами — молодые невольники флабелеферы обмахивали матрон. Совсем маленькие веера «табелле», сделанные из тончайших дощечек дорогого дерева или слоновой кости, часто можно было увидеть в руках столичных римских щеголей.

От Рима веер закономерно перешел в Византию, где его называли «рипида» и применяли во время церковных богослужений: сначала ими просто отгоняли мух от священных даров, позже они приобрели ритуальное значение. А уж от Византии веер унаследовала Европа...

Надо признать, что веер в своем путешествии легко перешагивал моря и континенты. В XV веке, когда Европа еще только приглядывалась к изящной восточной вещице, у мексиканских ацтеков веер уже был в большом употреблении. И высоко ценился: когда вождь Монтесума решил одарить прибывших испанских конкистадоров, то среди подарков для них были и два веера, украшенные роскошными перьями и золотой Луной, с одной стороны, и превосходно отполированным золотым Солнцем — с другой.

И ШВЕЦ, И ЖНЕЦ...

Оглядываясь на писаную и неписаную историю веера, можно только поражаться, насколько универсальным было это изобретение. Ведь для чего только ни использовался веер!

В Древнем Китае императоры отдыхали под веерами от жары, а рабы и служанки веерами помогали себе варить соль, просеивать рис, готовить пищу (примерно, как мы, когда жарим шашлык).

Иногда веер служил коварным целям, если в его ручку искусно помещали тайник для записок или яда! В веера вставляли зеркалаца





— для себя и для наблюдений за кое-кем; увеличительные стекла — для близоруких или для послания сигнала в виде «солнечного зайчика». Веера со сложными механизмами, позволявшими общаться без слов, веера с пикантными рисунками «не для детей; веера-программки, которые выдавались дамам при входе в театр, веера-меню и веера-пригласительные билеты, веера-лорнеты, веера-театральные бинокли и ручные вентиляторы. Парфюмеры пропитывали веера духами, железнодорожные компании рекламировали на веерах модные курорты. Веера-«призы» в Европе вручали на балах всем участникам танца «котильон», а в Китае император дарил веера своим наложницам и отличившимся чиновникам.

На веерах рисовались географические карты для любителей путешествий и правила игры в вист — тоже для любителей. Мастера при расписывании вееров использовали не только традиционные художественные сюжеты, тут было всё — от цветов и амуров до женского спорта и Всемирной выставки в Париже. А для очень серьезных людей знаменитые художники расписывали серьезные веера.

ВЕЕР ДЛЯ КОРОЛЕВ И ЦАРИЦ

В XVI-XVII веках Европу, и прежде всего королевские дома, начинает захлестывать «веерный бум».

Венеция, раньше других нашедшая применение необычному предмету с Востока — женщины стали использовать его во время карнавалов, — постепенно распространила моду на веер далеко за свои пределы.

В моду при французском дворе веер ввела итальянка Екатерина Медичи, привезшая в Париж с собой великолепную коллекцию из 900 экземпляров.

В Англии королева Елизавета I поступила мудрее — или, во всяком случае, экономнее: по ее указу королева от своих подданных могла получать единственный подарок — веер. Кстати, за это ее прозвали «покровительницей вееров».

Естественно, веера ей дарили. И, естественно, недешевые. Перечень вещей из

гардероба королевы сообщает нам об «одном веере из белых перьев с ручкой из золота, с двумя змейками, обернутыми вокруг, украшенной шаром из бриллиантов на конце и короной на каждой стороне с парой крыльев, украшенных бриллиантами», и «одном веере разных цветов с золотой ручкой с медведем и зеркальцем на внутренней стороне».

...Заснеженная «медвежья» Русь, вопреки представлениям теплолюбивых изнеженных европейцев, была не чужда модным веериям. Вееры-опохала, бывшие главным образом в обиходе царской семьи и придворных кругов, привозились большей частью из Турции, часто являлись дипломатическими подарками — как, например, хранившееся в казне первого русского царя из рода Романовых Михаила Федоровича «опохало хара-тейное (пергаментное) сгибное, расписанное красками на дереве». Но и русские мастера Оружейной палаты тоже умели делать роскошные «изделия» характерной круглой формы с экраном из страусовых перьев, закрепленным на ручке из дерева, кости, серебра или золота с финифтью и драгоценными камнями. У матушки Петра I царицы Натальи Кирилловны, например, любимым было опохало из черных страусовых перьев на яшмовом с золотом черенке, украшенном изумрудами, рубинами и жемчугом...

В «ПЕРЕВОДЕ» С ВЕЕРА

Наибольший расцвет веера пришелся на XVIII век: «игрушка» в дамских руках стала соучастником их кокетства, более того — одним из тайных орудий соблазна, особенно когда веер обрел свой «язык». С его помощью можно было поощрить или отвергнуть пылкого поклонника, назначить свидание или выразить свои чувства, желания, намерения...

Оставаясь важным дополнением костюма, придающим гармонию и утонченность образу дамы, веер стал предметом для передачи тайных знаков кавалерам.

Конечно, чтобы перечислить все шифрованные знаки, нужна целая книга, поэтому упомянем только два, самых важных. Пра-

вой рукой указать закрытым веером на сердце — «Я вас люблю!». Открытым веером дотронуться до левого уха — «Будьте осторожны, за нами следят!».

ВЕНТИЛЯТОР ИЛИ ФЕН?

Слово «веер» произошло от глагола «веять» и означает «дуть, обдавать потоком воздуха».

Надо признать, что Европа, которая во время пришествия веера была далеко не такой толерантной, как сейчас, разделилась на два лагеря. В одном считали, что правильным названием для новомодной вещицы будет «фен» — это были англичане, болгары, голландцы, испанцы и немцы. Венгры, датчане, итальянцы, португальцы, румыны, сербы и поляки считали правильным другое название — «вентилятор». Интересно, как сейчас, после изобретения электрических вентилятора и фена, они выходят из положения?..

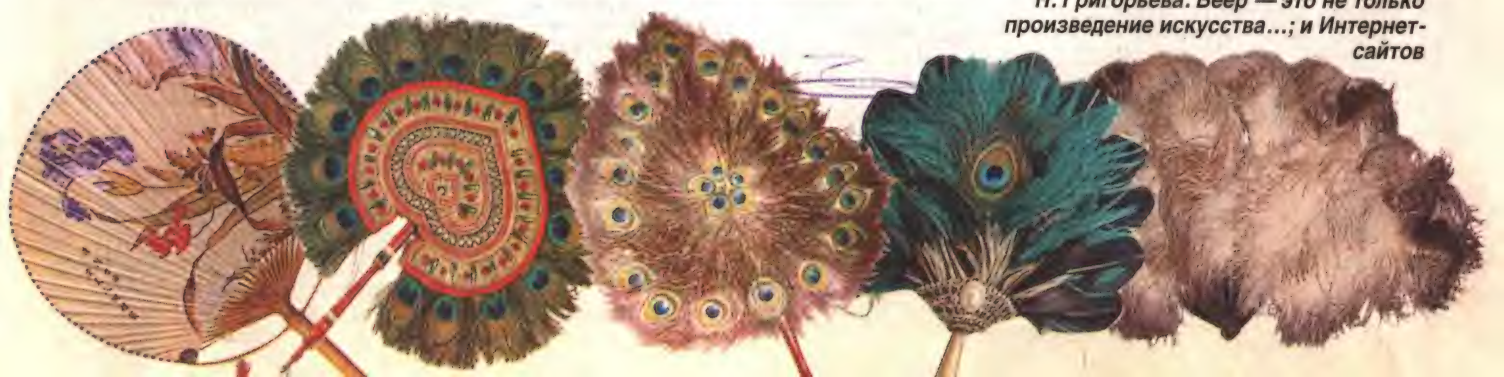
Только русские и белорусы пошли единственно верным путем и стали называть веер «веером». Ну, и группа поддержки образовалась: украинцы предложили «вяяло», а чехи и словаки — «ветряк»...

ЦАРЬ-ВЕЕР

В Китае мастера уезда Жунчан, который издавна славится своими «источниками прохлады», изготовили гигантский веер весом 100 кг! Состоит он из 29 деревянных резных пластин, длина каждой — 3,14 м. При раскрытии веера на нем возникает карта города Чунцин, которому и посвящено произведение мастеров...

Конечно же, такой веер годен лишь для Книги рекордов. А для прекрасных дам и маленький изящный веер может стать последним и самым изысканным штрихом к любому, даже самому роскошному туалету...

Подготовил Виктор КАЧАЕВ по материалам: Энциклопедический словарь Брокгауза и Ефрона; М. Мерцалова. История костюма; Иллюстрированная энциклопедия моды; Н. Григорьева. Веер — это не только произведение искусства...; и Интернет-сайтов



КАРДИГАН В ПАСТЕЛЬНЫХ ТОНАХ

Полосатый ажурный кардиган с красной драпировкой и асимметричной застежкой — оригинально и стильно.

Вам потребуются: нитки розового и бежевого цветов (шерсть — 50%, акрил — 50%; 430 м/ 100 г) — по 250 г; спицы № 2,5; игла для сшивания, 4 пуговицы $\varnothing$ 2,5 см.

Узоры:

- ажурные полосы по **схеме I**
- жгуты по **схеме II**
- резинка 1х1.

Описание работы

Для начала сделайте себе выкройку в натуральную величину и в процессе вязания почаще прикладывайте полотно к выкройке.

Спинка: наберите на спицы 111 п. нитками бежевого цвета (9 раппортов плюс 1 п. для симметрии плюс 2 кром. п.). Свяжите 10 р. резинкой 1х1. Далее вяжите по **схеме 1**, чередуя нитки розового и бежевого цвета через 8 р. Для проймы (через 41 см от начала вязания) с каждой стороны спинки закройте 4 п. одновременно, в следующих рядах сделайте 2 убавления по 1 п.

До линии плеча вяжите без убавлений. Закройте горловину и каждое плечо по отдельности провяжите на высоту 4 р.

Перед, левая полочка: наберите на спицы нитками бежевого цвета 22 п. (18 п. для планки и 4 п. для полочки). Свяжите 10 р. резинкой 1х1, в 11-м р. 4 п. вяжите нитками розового цвета, прибавляя со стороны планки по 1 п. через ряд узором по **схеме 1**, пока на спицах не окажется 32 п. (кроме петель планки). Меняйте цвета ниток через каждые 8 р., планку вяжите нитками только бежевого цвета, перекручивайте нитки в месте соприкосновения планки и узора, в случаях вязания одновременно нитками разных цветов. Через 41 см для проймы разойте 4 п. одновременно, в следующие ряды сделайте 2 убавления по 1 п. До линии

плеча вяжите без убавлений, закройте линию плеча, связанную ажурным узором. Петли планки свяжите на

высоту 20 см, затем пришейте их к горловине спинки.

Перед, правая полочка: наберите на спицы 114 п. нитками бежевого цвета (28 п. для розовой планки, связанной узором «жгуты», 7 раппортов ажурного узора по 12 п. плюс 1 для симметрии плюс 1 кром. п.). Свяжите 10 р. резинкой 1х1 нитками бежевого цвета. В 9-м р. сделайте 4 п. для пуговиц через 8 см друг от друга.

11-й ряд. нитками розового цвета 28 п. узор «жгуты» по **схеме II** (узор приведен полностью), оставшиеся петли — ажурным узором по **схеме I**. Планку узором «жгуты» вяжите нитками только розового цвета, а при вязании полотна ажурным узором по **схеме I** меняйте цвет ниток через каждые 8 р.

Со стороны центра переда, после провязывания планки, через каждые 6 р. делайте убавления по 1 п. Через 41 см для проймы закройте 4 п. сразу, затем сделайте 2 убавления по 1 п. через ряд. До линии плеча убавлений со стороны рукава больше не делайте. А со стороны центра переда после вывязывания проймы убавления делайте чаще, пока на спицах не останется 2,5 раппорта ажурного узора.

Довяжите до линии плеча и закройте петли.

Рукав: наберите на спицы 63 п. нитками бежевого цвета (5 раппортов плюс 1 для симметрии, плюс 2 кром. п.), свяжите 10 р. резинкой 1х1, далее вяжите, чередуя нитки розового и бежевого цвета через каждые 8 р. Через 48 см закройте 10 п. сразу, а затем убавляйте по 1 п. в каждом ряду, через 4 см закройте все петли рукава.

Второй рукав свяжите симметрично первому.

Сборка: сшейте боковые и плечевые швы, вшейте рукава в проймы, пришейте пуговицы.



Схема 1

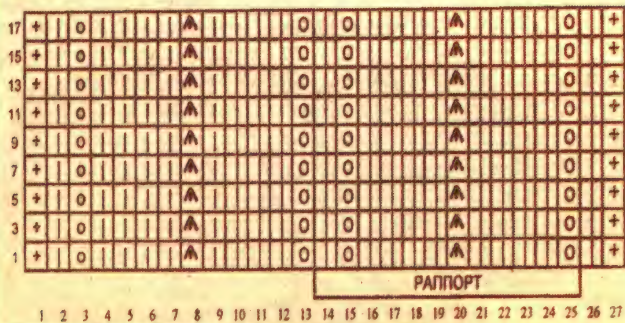
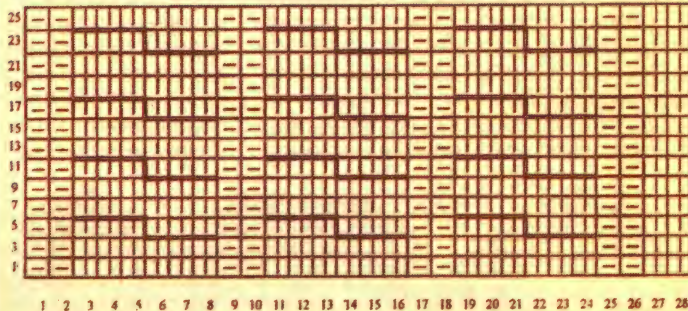


Схема II



Условные обозначения:

-  — изнаночная петля
-  — лицевая петля
-  — кромочная петля
-  — накид
-  — 1 двойная протяжка: снять 1 п. как ли-

цевую, провязать 2 п. вместе лицевой и протянуть эту петлю через снятую

 — снять 3 петли на до-
полн. спицу, оставить **перед** работой, 3 лиц.,
3 лиц. с дополн. спицы.

Размер 46-48. Длина по спинке — 30 см.

БОЛЕРО: ПРОСТО И ИЗЫСКАННО

Вряд ли вы найдете более простое в исполнении болеро, чем это. Достаточно небольшого опыта владения спицами, немного усердия, и вы — в обновке!

Не забудьте сделать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: нитки светло-зеленого цвета (шерсть — 50%, акрил 50%; 100 м/ 100 г) — 350 г; спицы № 4; игла для сшивания.

(Более длинную и тонкую нить можно сложить вдвое.)

Узоры:

- лицевая гладь
- платочная вязка
- распушенная петля.

Описание работы

Болеро связано в поперечном направлении. Начать следует с любого рукава и вязать в направлении к другому рукаву.

Наберите на спицы 32 п. и вяжите рукав вверх лицевой гладью. Через каждые 8 р. сделайте по 3 убавления по 1 п. с каждой стороны рукава. На спицах останется 26 п. (по 13 для передней и задней части рукава). Через 49 см от начала вязания прибавьте три раза с каждой стороны по 1 п. через ряд, а затем добавьте одновременно по 12 п. для боков переда и спинки с каждой стороны рукава. После прибавления 12 п. на спицах окажется 56 п. Свяжите их следующим образом:

5 п. — платочной вязкой, 44 п. — лицевой гладью, 5 п. — платочной вязкой, на высоту 8 р.

Через 60 см от начала вязания рукава

отметьте центр полотна, разделите вязание пополам (по 27 п.) и следующие 30 см спинки и передней частей болеро свяжите по отдельности следующим образом.

Перед: наберите дополнительно 2 п. со стороны горловины и вяжите 4 п. платочной вяз-

кой (горловина, 20 п. лицевой гладью, 5 п. платочной вязкой — низ болеро).

Спинка: аналогично свяжите спинку.

Объедините полотна спинки и переда и продолжите вязание в обратном порядке: для начала закройте по 2 п. горловины переда и спинки, следующие 8 р. вяжите без изменения количества петель, затем закройте боковые линии (по 12 п. одновременно с каждой стороны, сделайте по 3 убавления по 1 п. с каждой стороны полотна). В процессе вязания рукава прибавьте с каждой стороны 3 раза по 1 п. симметрично убавлениям первого рукава. Довяжите до края рукава, проверьте центр болеро, отступите по 2 п. с каждой стороны и распустите по 1 п. до самого начала первого рукава. Закройте петли, при этом вместо распушенных петель при закрывании сделайте по 3 в. п. крючком. Иначе край рукава будет стянутым.

Примечание: при распуске петель будьте осторожны и внимательны, просмотрите расположение распускаемой петли, чтобы в верхней части переда и спинки она прошла ниже обвязки горловины из 4-х п. платочной вязки.

Сборка: сшейте боковые швы. По горловине спинки уголки от набранных и закрытых дополнительных петель поместите под уголки передней части горловины и аккуратно пришейте.





Размер 46-48. Длина по спинке — 75 см.

ТУНИКА ДЛЯ ОТДЫХА

Нарядная летняя туника, связанная из ниток четырех цветов, довольно сложна для начинающих, но результат вас обязательно порадует!

Не забудьте сделать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: нитки (хлопок — 100%; 400 м/ 100 г) светло-бежевого цвета — 150 г, темно-бежевого — 100 г, оранжевого — 100 г, голубого — 50 г и черного цвета — 200 г; немного ленточной пряжи для бахромы; крючок № 1,5-2,0; игла для сшивания.

Узоры: — по схемам I, II, III.

Описание работы

Туника состоит из множества частей, связанных в разных направлениях.

Приводим последовательность вязания туники.

Кокетка

Кокетки переда и спинки отличаются лишь формой выреза. Каждая кокетка состоит из 4 частей и изображена на отдельной схеме. Направления вязания указаны на выкройке стрелками.

— **часть 1:** для переда наберите 30 в. п. нитками темно-бежевого цвета и вяжите снизу вверх ст. б/н., не прибавляя и не убавляя петель, до горловины 7 см. Разделите вязание пополам и закончите вязание правой и левой половин переда по отдельности, убавляя по 1 ст. каждые 4 р. Когда в полотне останется 5 ст., довяжите до линии плеча без убавок.

Левую и правую стороны кокетки свяжите симметрично.

— **часть 1:** для спинки наберите 30 в. п. нитками темно-бежевого цвета и вяжите снизу вверх ст. б/н., не прибавляя и не убавляя петель, до горловины 31 см.

Следующие детали кокетки переда и спинки вяжутся одинаково. Для более удобного вязания сшейте плечевые швы и следующие ряды кокетки вяжите по кругу (перед и спинку одновременно).

— **часть 2:** нитками оранжевого цвета свяжите по кругу 2 р. (1-й и 2-й р.) по **схеме II**. Дополнительно внизу кокетки (переда и спинки) свяжите еще 1 р.

— **часть 3:** нитками голубого цвета свяжите по кругу 2 р. (1-й и 2-й р.) по **схеме II**. Дополнительно внизу кокетки (переда и спинки) свяжите еще 1 р.

— **часть 4:** нитками светло-бежевого цвета свяжите 2 р. (1-й и 2-й р.) по **схеме II**. Дополнительно внизу кокетки (переда и спинки) свяжите еще по 2 р., повторите 1-й и 2-й р.

Полукруги

По **схеме III** свяжите 28 полукругов (по 8 — для левой и правой сторон туники, по 6 — для нижней части кокетки переда и спинки). Полукруги: набрать 7 в. п., замкнуть в круг.

1-й ряд: нитки светло-бежевого цвета — 13 ст. с/н.

2-й ряд: нитки оранжевого цвета — ст. с/н. в ст. с/н. предыдущего ряда, в. п., повторять до конца ряда.

3-й ряд: нитки оранжевого цвета — ст. с/н. в каждый ст. с/н. и в каждую в. п. предыдущего ряда.

Далее полукруги необходимо собрать в полосы по 8 штук для левой и правой сторон переда и спинки одновременно и по 6 штук для низа кокетки переда и спинки. Сборку каждой полосы делать отдельно от другой полосы. Вязание прямое — не по кругу.

Сборка полосы: набрать необходимое количество полукругов, вязать нитками черного цвета.

1-й ряд: обвязать полукруг ст. б/н., вводя крючок в каждый ст. с/н. предыдущего ряда. Между полукругами свяжите по 2 в. п.

2-й ряд: обвяжите ст. б/н., недовязывая в каждом полукруге 2 ст. б/н., 1 в. п. между полукругами, и далее по **схеме III**.

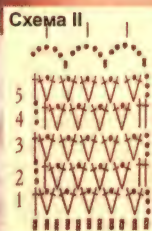
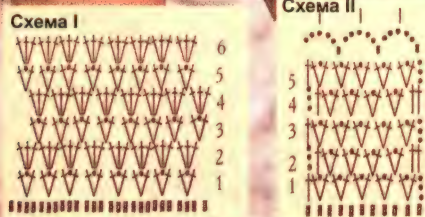
Примечание: если полукруги начнут стягиваться от ст. б/н. вверху, добавьте дополнительно несколько ст. с/н. (на **схеме III** не указано).

Свяжите полосы, соедините их по углам и сшейте. Обвяжите кокетку 2 р. арок из 5 в. п. (по **схеме II**). Разложите на ровной поверхности ранее связанную кокетку, а вокруг поместите «рамку» из полукругов. Определитесь, стоит ли вязать еще ряды из «арок» из 5 в. п., и соедините между собой кокетку и полосы, провязывая ряд «арок» и одновременно присоединяя к кокетке полосу из полукругов.

Сшейте боковые швы на высоту 2 полукругов.

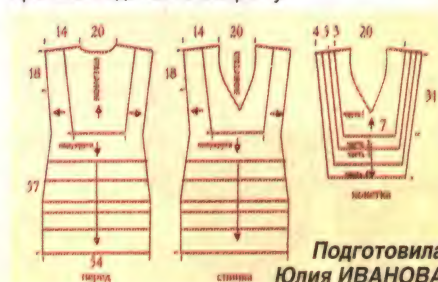
Нижнюю часть туники вяжите по кругу по **схеме I** 6 р. нитками черного цвета, 6 р. нитками светло-бежевого цвета, 2 р. нитками оранжевого цвета, 6 р. нитками черного цвета и 7 р. нитками светло-бежевого цвета.

Сборка: из ленточной пряжи нарежьте нитки длиной 60 см, сверните пополам и по проймам сделайте бахрому.



Условные обозначения:

- — воздушная петля (в. п.)
- — столбик без накида (ст. б/н.)
- ⊕ — столбик с накидом (ст. с/н.)



Подготовила
Юлия ИВАНОВА

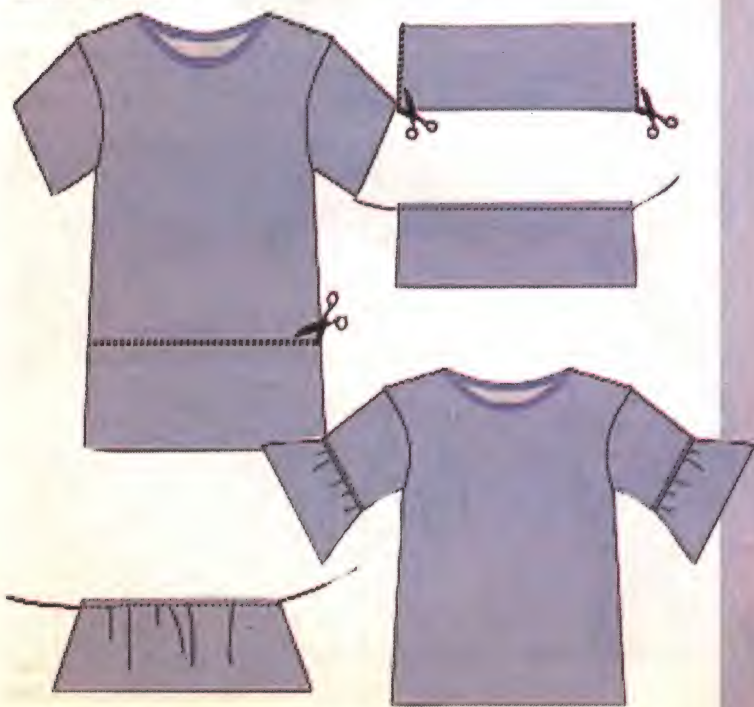
ТОП В МОРСКОМ СТИЛЕ

Отрежьте от старой рубашки верх и низ, как показано на фото. По верхнему срезу подверните ткань на 0,5-1 см и закрепите подворот, просто приклеив его суперклеем. Затем приклейте ленточки или тесьму — бретели топа. Снизу прямо на ткань топа наклейте кружево или шитье.



МАЙКА С ВОЛАНАМИ НА РУКАВАХ

Удлиненную тунику можно легко превратить в стильную майку. Достаточно отрезать лишнюю нижнюю часть, выкроить из нее два волана и пришить к рукавам.



«ПОСЛАНИЯ» НА БЕЛОМ

Последний «писк» моды — темная вышивка на белой одежде. Можно сначала написать выбранные вами фразы простым карандашом на ткани, а потом вышить их по рисунку черными нитками или тесьмой.

Необязательно черными должны быть буквы. Можно изобразить и контуры предметов. Главное, чтобы изображение было легким, прозрачным, но четким.



НОВЫЙ БРАСЛЕТ ИЗ СТАРЫХ УКРАШЕНИЙ

Стильный браслет с шармами легко сделать из уже имеющихся в вашем арсенале украшений, которыми вы давно не пользуетесь.

Возьмите металлический браслет-цепочку и с помощью проволоки прикрепите к нему отрезок жемчужных бус. После этого прикрепите между бусинами отрезки цепочек вперемежку с шармиками, бусинами, мелкими колечками, монетками и так далее. Ваш браслет готов!



И УДОБНЫЕ, И КРАСИВЫЕ!

Весной и летом кеды – самая востребованная обувь. Их носят с самого начала теплого сезона и не снимают до самых холодов. А смотрятся они стильно с любой одеждой, включая даже романтические платья! Если вы так же, как и многие другие, не проводите ни дня без любимых кед, поэкспериментируйте и сделайте их еще более удобными и красивыми.

С РЕЗИНКОЙ

Единственная неудобная вещь в кедах – это шнуровка. Попробуем от нее избавиться. Пришейте широкую эластичную ленту-резинку, как показано на фото, и можно надевать любимые кеды как туфли: не зашнуровывая и не расшнуровывая их несколько раз в день!



С ШИПАМИ

Белые «конверсы» будут выглядеть еще эффектнее, если добавить к ним золотистой фурнитуры: шипов, кубиков и всего, что найдете в магазине для рукоделия. С помощью зубочистки проткните аккуратные отверстия в тех местах, куда вы планируете вставить фурнитуру, и прикрепите ее таким образом, как указано на упаковке.



С НОСКАМИ

Можно оставить кеды без дополнительного декора, но добавить к ним необычные носки с украшениями в виде нашитых на них бусин разного цвета и размера или готовый мотив из стразов. В сочетании с такими носками ваши кеды будут выглядеть нарядно и необычно.



Подготовила Валентина КИРНОС

ДЕКОРАТИВНАЯ КОРЗИНА

Такой элемент декора удобен для хранения вещей и станет украшением вашего интерьера. Пластиковое ведро или корзину для бумаг, которое можно приобрести в любом хозяйственном магазине, оклейте плотной хлопковой тканью. На полотно с помощью клеевого пистолета прикрепите толстую хлопковую или джутовую веревку. Для большего эффекта покройте готовый арт-объект акриловой краской.



БРАСЛЕТ В ЭТНИЧЕСКОМ СТИЛЕ

Сделать стильный браслет в этническом стиле вам не составит труда.

Отрежьте две цепочки одинаковой длины по размеру запястья. Протяните шнурок сначала через одну из них, а дойдя до середины, соедините ее с центральным элементом. Повторите то же самое с другой цепочкой. При помощи соединительных колец придайте браслету форму глаза и прикрепите застежку.

Подготовила Мария СТАРОДУБЦЕВА





МОДНАЯ БРОШЬ

Хотите оригинально оформить манжеты или воротничок белой блузки? Выкроите из полоски плотного шелка или бархата листочки, соединенные длинной перемычкой, обозначьте прожилки, прошив или прострочив их, и завяжите красивым узлом вокруг бархатных ленточек с двумя крупными бусинами в виде вишен, пришитых к перемычкам. Прикрепить украшение можно простой булавкой.



УКРАШАЕМ РУЧКИ ОТ СУМОК

С помощью тесьмы, отрезков лент, платков или косынок можно преобразить свою любимую сумку и добавить ей неповторимого весеннего очарования.

Очень интересно смотрится длинная ручка, выполненная из широкой тесьмы. А двойная ручка выглядит еще эффектнее!

Привяжите шарф или широкий шелковый пояс от платья к верхней части ручки, оставив концы свободными.

Ручка, оплетенная тесьмой, с завязанным бантиком, превращает сумку в милый и забавный аксессуар.



С ЗАКРЫТЫМИ ГЛАЗАМИ

Из старых черных перчаток несложно выкроить оригинальную «подводку» для век с бахромой в виде «ресничек». Особенно здорово такое украшение будет смотреться, если пришить или приклеить его на светлую одежду.

Подготовила Валентина КИРНОС



В свадебном этикете происходят большие изменения. Можно сказать, что XXI век в этом направлении всё основательно перевернул.

Наряду с белыми, на модные подиумы пришли красные, золотые, изумрудные платья. Но больше всего вас удивят некоторые последние тенденции.

ВСЁ — В ФИОЛЕТОВОМ!

Одним из главных цветов 2018 года дизайнеры называют глубокий и насыщенный фиолетовый. Можете смело использовать этот оттенок в оформлении вашей свадьбы.

ГРАДИЕНТ, ИЛИ ОМБРЕ

Хотите выглядеть оригинально? Остановите свой выбор на платье с эффектом омбре. Свадебные платья с градиентом — яркие и женственные — уже полюбились многим невестам в 2016-17 гг.

Кстати, такого эффекта можно добиться самостоятельно, а как это сделать, можно найти в Интернете. Главное, чтобы состав ткани был натуральным на 100%.

БЕЛОЕ С ЧЕРНЫМ

Дизайнеры предлагают использовать в образе невесты черные детали: это может быть пояс с бантом, туфли, перчатки или юбка. Если воспользоваться советом модельеров с умом, то такое цветное решение будет не мрачным, а скорее, стильным и элегантным.

БРЮКИ ВМЕСТО ПЛАТЬЯ

Современная мода предлагает невестам вместо свадебных платьев брючные костюмы.

НО ТРАДИЦИЯ ЕСТЬ ТРАДИЦИЯ

Какой бы смелой и неожиданной ни была мода, полностью отказываться





Подготовила Мария СТАРОДУБЦЕВА



от традиционного белого наряда не стоит. Кстати, и фата не сдает своих позиций.

Но вот еще одна из последних тенденций — свадебная накидка. Эта деталь будет смотреться очень романтично, будь то свадьба в стиле бохо или в классическом стиле.

В этом году также актуальны коротенькие белые жакетики и даже курточки, надетые прямо на свадебное платье.

С «КОЛОКОЛЬНЫМ» ЗВОНОМ

Как встретить молодых весело и стильно? Под бурные овации и звон множества маленьких колокольчиков.

Такой аксессуар должен прийти по вкусу вашим гостям. А сделать его очень просто.



1

2

3

4



ПЛАТЬЯ

ДЛЯ
СУПЕРЗВЕЗД

5

6

7



Если в вашем календаре
запланировано
торжественное мероприятие
– свадьба лучшей подруги
или выпускной бал, не
упустите возможность
предстать перед публикой
во всем великолепии и
почувствовать себя
настоящей звездой! Наши
платья вам в этом помогут!

1 Платье с открытым верхом и юбкой-шлейфом, бантом на лифе-корсаже, пышными рукавами и широким воланом по нижнему краю скомбинировано из легкой ткани — однотонной и в полосу.

2 Стильное платье из креп-саatina с лайкрой облегает фигуру как вторая кожа. Глубокое декольте, горловина со шнурком, завязывающимся на бантик, оригинальное асимметричное решение подола платья — его яркие детали.

3 Маленькое черное платье в новом исполнении: с прозрачной вставкой на полочке и рукавах, отделанной тесьмой со стразами, и открытой спинкой.

4 Платье из шелка на тонких бретельках-спагетти, с драпировкой и оригинально оформленным поясом нижним краем, отличается несложным кроем, но выглядит очень эффектно.

5 Яркое сиреневое платье с асимметричными деталями, украшенное полосками блестящей тесьмы, подойдет высоким стройным девушкам.

6 Очень эффектный наряд поражает своими необычными деталями: асимметричными рукавами, драпировкой сбоку и длинным полотнищем юбки. Платье будет смотреться еще необычнее в комплекте с узкими брюками того же цвета.

7 Платье лимонного цвета с необычным кроем верха, юбкой разновеликой длины, украшенной вышивкой по боковому шву, сделает вас королевой вечера.

8 Платье из бархата с открытым плечом и длинным рукавом, с отделкой нитками контрастных бус не может не привлекать внимания.

9 Мини-платье из металлизированного шифона с мелким рисунком, открытым верхом, диагональными бретелями и рукавами с открытыми внутренними швами — выглядит очень эффектно.

10 Романтичное платье из воздушной прозрачной ткани с вырезом-каре, рюшами, эластичными вставками на лифе и рукавах и юбкой с тремя воланами, отделанными цветными кантами, вызывает восхищение!

11 Платье из шитья с асимметричными деталями, необычным кроем верха, планкой с мелкими пуговицами и пышной юбкой длиной чуть ниже коленей, прекрасно подойдет молодым стройным девушкам.

12 Бархатное платье с одним плечом, декорированным узлом из той же ткани, драпировкой и юбкой с запахом, отделанным рюшем, выглядит просто по-королевски!

13 Платье из блестящего атласа с глубоким декольте, асимметричной юбкой, рукавами длиной три четверти и широким поясом, завязывающимся на бедрах, позволит вам провести вечер с комфортом и при этом выглядеть очень нарядно.

8

9

10



11

12

13

Сегодня многие пары хотят видеть свою свадьбу в определенном стиле. Какой выбрать вам? Возможно, вы поймете это, ответив на вопросы нашего теста

ТЕСТ

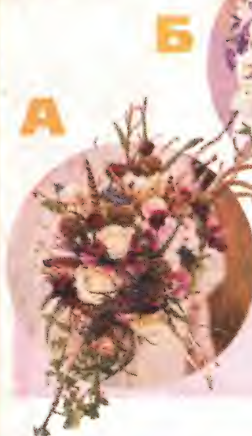
1. Выберите свое свадебное платье.



2. Лучшая свадебная прическа – это...



3. Ваш букет...



4. За какой стол вы посадите гостей?



5. На какой машине вы поедете в загс?



СВАДЬБА В СТИЛЕ...

6. Какие туфли вам больше подходят?



7. Торт на вашей свадьбе — это...



8. Ваше свадебное колечко...



9. Выберите свой свадебный маникюр.



**БОЛЬШИНСТВО ОТВЕТОВ А:
СВАДЬБА В СТИЛЕ БОХО-ШИК**

Вы — неординарная, творческая и свободолюбивая личность, поэтому свадьба в стиле бохо-шик вам идеально подходит. Яркий и эклектичный богемный стиль объединяет в себе элементы разных эпох и культур: этнические мотивы, европейскую готику, ацтекские орнаменты... Свадьба в стиле бохо-шик — это полет фантазии, обворожительная легкость и романтика. Для создания богемного образа выбирайте платья с использованием шифона, сетчатых тканей, кружев, с флористическими или этническими мотивами. К такому платью идеально подойдут босоножки с множеством ремешков и украшений из бусин и шармиков. Цвета макияжа должны быть максимально естественными, прическа — несложная, с налетом небрежности. Вместо фаты можно выбрать цветочный венок, подвязать волосы тесьмой или шарфом. Из украшений подойдут несколько тонких браслетов, висячие серьги, длинные цепочки с оригинальными кулонами. Букет невесты, соединяющий в себе совершенно разные цветы и растения, еще больше подчеркнет творческий дух и свободу фантазии. Декор для свадьбы в стиле бохо-шик — возможность воплотить самые смелые идеи, сочетая, казалось бы, несочетаемые вещи: шифон и мешковину, фарфор и дерево, старинные подсвечники и простые фонарики. Если вы любите рукодельничать, самое время проявить свои таланты, ведь декор в стиле «хэндмейд» идеально подходит для этой свадьбы.

**БОЛЬШИНСТВО ОТВЕТОВ Б:
СВАДЬБА В СТИЛЕ ГЛАМУР**

Свет роскошных люстр отражается в огромных зеркалах, на ослепительно-белых скатертях сверкают золоченые приборы, таинственно поблескивают бриллианты на изящных шеях дам в роскошных нарядах... Вы мечтали именно о такой свадьбе? Тогда «Гламур» — это то, что вам нужно! Стиль «Золотого века Голливуда» ассоциируется с изобилием золота и серебра, зеркал и хрусталя, светлыми цветами и ярким освещением зала. Акцентами могут стать величественные вазы с яркими благородными цветами — розами, орхидеями, лилиями. Образ невесты воплощает в себе роскошь, стиль и безупречный вкус. Поэтому платье нужно выбирать, ориентируясь на эти качества. В первую очередь стоит обратить внимание не на фасон платья, а на качество пошива и обработки швов. Не стоит выбирать платье из дешевых тканей. Вдохновением для создания или выбора платья для вас могут послужить фотографии знаменитостей на красных дорожках — ведь гламурная свадьба — это прекрасная возможность почувствовать себя настоящей звездой. Украшения и обувь должны соответствовать наряду — быть стильными и выглядеть дорого. Свадебный декор предполагает первоклассную сервировку, атласные скатерти и салфетки. Акцентами могут быть высокие этажерки для фруктов, пирамида из бокалов шампанского, серебряные вазы с цветным льдом. Свадьбу в этом стиле можно устроить и в формате фуршета, который поможет создать атмосферу голливудской вечеринки и позволит гостям свободно общаться и танцевать.

**БОЛЬШИНСТВО ОТВЕТОВ В:
СВАДЬБА В СТИЛЕ РОК-Н-РОЛЛ**

Вы хотите устроить не свадьбу в ее традиционном понимании, а озорную вечеринку? Тогда вам сюда! Свадьба в рок-н-рольном стиле гарантирует веселье, неожиданные сюрпризы и экстравагантность, способные произвести впечатление даже на самых консервативно настроенных гостей.

Вдохновением для образа невесты могут послужить персонажи из известного фильма «Стиляги». Платье лучше выбирать короткое, до колен, с расклешенной юбкой, ведь в нем так удобно танцевать. Сочетание белой ткани и красных аксессуаров — обуви, цветов в букете, лент, — традиционно для этого стиля. Абсолютный маст-хэв макияжа — черные стрелки и красная помада. Чтобы гости влились в атмосферу праздника, можно заранее приготовить для мужчин стильные галстуки, а девушкам раздать шарфики красного цвета.

Для проведения этой свадьбы лучше выбрать клуб или рок-кафе с соответствующей стилистикой и атмосферой. В качестве акцентов подойдут виниловые грампластинки, их можно использовать как подставки для приборов на столах и электрогитары, развешанные на стенах. Стоит также продумать музыкальный репертуар, ведь музыка на этой свадьбе создает особую атмосферу. Постарайтесь использовать разные музыкальные стили, чтобы угодить всем гостям.

Подготовила Марина ГРУЗДЕВА

с 15 мая по 15 июня

Гороскоп

Астролог-консультант Николь БУРЯ



ОВЕН Во второй половине мая возможны финансовые трудности. После 25 числа следует избегать излишней откровенности, она может навредить вам. В первой половине июня деловые встречи и поездки могут принести неплохие результаты. Возможна встреча со старыми друзьями и партнерами, и вы сумеете неплохо провести время с приятными и полезными людьми. В финансовых делах наметится стабильность.

Неблагоприятные дни в мае: 18, 22, 27, 31. В июне: 5, 10, 14.

ТЕЛЕЦ К концу мая на работе возможны осложнения с начальством, коллегами. Появится желание найти другое место работы. Первая половина июня — прекрасное время для поиска новой работы, а также для укрепления своих позиций на старом месте. Финансовые затруднения скоро благополучно разрешатся. В домашних делах многим предстоит хлопоты, связанные с ремонтом или покупкой недвижимости.

Неблагоприятные дни в мае: 16, 21, 26, 30. В июне: 4, 8, 12.

БЛИЗНЕЦЫ С 15 по 31 мая появится возможность поправить финансовое положение, разрешить личные проблемы. В начале июня возможны проверки со стороны контролирующих органов. Особых осложнений не предвидится, но подготовиться к ним стоит. После 5 июня возможны незапланированные расходы. В этот период следует обратить внимание на свое здоровье, возможны проблемы с зубами, травмы.

Неблагоприятные дни в мае: 18, 22, 27. В июне: 1, 5, 11, 15.

РАК Вторая половина мая для большинства Раков ожидается стабильной и спокойной, хотя не исключены некоторые финансовые трудности. В первой половине июня возникнет необходимость разбираться с финансовыми спорами. Ракам, возможно, придется пожертвовать отпуском и улаживать чужие проблемы. Будьте осмотрительны с друзьями, их советы могут быть ошибочными. Больше полагайтесь на себя.

Неблагоприятные дни в мае: 17, 21, 26, 30. В июне: 4, 8, 12.

ЛЕВ Свойственное вам упорство позволит во второй половине месяца разрешить большую часть накопившихся проблем. Встречи, поездки, контакты будут результативными. После 22 мая возможно получение крупной суммы денег, но и расходы могут увеличиться. В первой половине июня большая загруженность на работе заставит отодвинуть личную жизнь на второй план. Со здоровьем проблем не предвидится.

Неблагоприятные дни в мае: 19, 23, 27. В июне: 2, 6, 11, 15.

ДЕВА До конца мая будет много дел, требующих от вас повышенного внимания. Связи с партнерами из других городов или стран укрепятся. В июне ваши дипломатические способности будут работать на ваш авторитет. Вследствие позитивных перемен на работе, финансовые позиции окрепнут. Путешествия и деловые поездки этого периода у большинства Дев пройдут удачно и принесут удовлетворение.

Неблагоприятные дни в мае: 16, 20, 24, 30. В июне: 3, 9, 13.

ВЕСЫ Вторая половина мая — хорошее время для продвижения в карьере и общественном положении. В период с 17 по 23 мая, возможно, придется выполнять чужие обязанности, что может принести материальную компенсацию. В первой половине июня появится возможность навести порядок в делах и упрочить свое положение. Многих ждут интересные поездки, новые знакомства, романтические встречи.

Неблагоприятные дни в мае: 23, 27, 31. В июне: 6, 10, 15.

СКОРПИОН После 15 мая наступит благоприятное время для романтических встреч, заключения сделок, привлечения к своим делам новых партнеров и спонсоров. После 23-го возможно ухудшение здоровья. В начале июня старайтесь не переоценивать свои силы. С 6 по 17 июня возможны непредвиденные финансовые расходы и конфликты с близкими людьми. Старайтесь сдерживать свои эмоции.

Неблагоприятные дни в мае: 16, 19, 24, 29. В июне: 3, 9, 14.

СТРЕЛЕЦ До конца мая будьте внимательны к своим финансам. Возможны крупные расходы, связанные и с делами, и с личной жизнью, в которой возможны проблемы. Первая половина июня может оказаться перегруженной встречами, делами, поездками, но будет благоприятна для вас как в плане здоровья, так и в плане деловых контактов. Вещи сны и озарения будут помогать вам в решении многих вопросов.

Неблагоприятные дни в мае: 19, 23, 28. В июне: 1, 7, 10.

КОЗЕРОГ Во второй половине мая возможны неожиданные проблемы на службе, которые приведут к финансовым затруднениям. Постарайтесь вести более сдержанный образ жизни. В июне вы сможете выправить ситуацию и улучшить свое финансовое положение. После 5 числа прилив энергии может заставить вас пуститься в рискованные авантюры и романтические приключения. Однако вы рискуете истощить свои силы.

Неблагоприятные дни в мае: 16, 21, 25, 29. В июне: 2, 8, 15.

ВОДОЛЕЙ Во второй половине мая могут возникнуть необычные ситуации, попасть в которые можно по своей вине. После 23 мая начнется активный и благоприятный период для общения и укрепления здоровья. Финансовая ситуация значительно улучшится. В начале июня вы сможете немного передохнуть, но с 7 по 15 июня возможен приезд родственников или друзей, которые внесут напряжение в вашу размеренную жизнь.

Неблагоприятные дни в мае: 19, 23, 28. В июне: 2, 7, 10.

РЫБЫ Во второй половине мая могут возникнуть разногласия и споры с кем-то из друзей, коллег или начальства. А может в очередной раз напомнить о себе некая вовремя не решенная проблема. Первая половина июня будет достаточно сложной, так как вам придется справляться не только с внутренними психологическими проблемами и плохим самочувствием, но и приводить в порядок служебные дела.

Неблагоприятные дни в мае: 16, 22, 25, 29. В июне: 3, 8, 13.

Как мы обычно представляем себе тибетского монаха? Сидит бритоголовый мужчина в оранжевой одежде в позе лотоса с закрытыми глазами и произносит: «ОМ-М-М-М...». Вот это самое «ОМ» — мантра, которая своими звуками настраивает организм, лечит болезни и дарует душевное равновесие. Практика лечения звуками известна давным-давно на Тибете, в Китае и Индии, и только в последнее время ее стали серьезно исследовать ученые. И оказалось, что это очень перспективное направление самооздоровления.

Так например, выяснилось, что получивший травму или испытывающий сильную боль человек стонет вовсе не для того, чтобы привлечь к себе внимание. Стоны дают эффект анестезии, стимулируют выброс в кровь эндорфинов, которые по болеутоляющему действию в 50 раз сильнее морфия.

Получила объяснение и наша национальная традиция звонить, не переставая, во все колокола, когда есть угроза морового поветрия — эпидемии серьезного инфекционного заболевания (чумы, оспы, тифа, холеры). Современные микробиологи выяснили, что большинство бактерий гибнет под воздействием мощного звукового резонанса.

Каждый орган нашего организма, каждая его клетка обладают «здоровой» резонансной частотой. Если орган заболевает, меняется его частота, но мы можем вернуть заглохшему органу естественную «здоровую» частоту, излечив его самым простым воздействием — собственным голосом.



ИЩЕЛЕНИЕ ЗВУКОМ

● «СУ» вызывает колебания в нижней части легких, помогая лечить кашель.

ПРАВИЛА ЛЕЧЕНИЯ

Начиная лечение, сядьте, откинувшись назад, в удобное кресло, опустите руки вдоль тела, расслабьтесь и мысленно сосредоточьтесь на том органе, который хотите вылечить. Четко проговаривайте звуки вполголоса на активном выдохе с интервалом в 2-3 секунды. Произносите их 8-12 раз за один сеанс.

Всего вам нужно 3-4 сеанса в день, но если болезнь запущенная или острая, можно проводить 7-8 сеансов в день.

ВНИМАНИЕ! Старайтесь во время лечения прислушиваться к состоянию своего организма. Если заметите даже малейшие неприятные ощущения, прекращайте лечение. Значит, вы неверно выбрали высоту звука или сбились при интенсивности произнесения. В этом случае можно только разбалансировать больной орган, а не вылечить его.

ЛЕЧЕБНЫЕ ЗВУКИ

- Звук «А» настраивает организм на работу, углубляет дыхание.
- Звук «И» прочищает нос, лечит глаза.
- Звук «У» укрепляет горло и голосовые связки, добавляет уверенности в собственных силах.
- Звуки «В», «Н», «М», «Э» улучшают работу головного мозга, при этом звук «Н» дополнительно стимулирует интуицию и творческие процессы, а звук «В» благотворно влияет на нервную систему.
- Звуки «Ц», «К», «Щ», «И» печат уши.
- Звуки «У», «Ы», «Х», «Ч» улучшают дыхание.
- Звуки «О», «С», «М», «И» печат заболевания сердца.
- Звук «Е» чистит организм и создает вокруг человека барьер от энергоинформационного воздействия.
- Звук «Ю» снимает болевые спазмы, лечит почки и мочевой пузырь.
- Звук «Я» является резонатором и генератором психологических процессов, укрепляет уверенность в своих силах, восстанавливает связь с больными органами через разум.

Не менее целебными свойствами обладают различные сочетания звуков. Например, созвучие

- «ОМ» активизирует работу всего организма и снижает кровяное давление;
- «АЙ», «ПА» снимают боли в сердце;
- «РЭ» помогает от страхов, заикания, снимает стрессы;
- «ТЭ» укрепляет сердце, сосуды и снимает с души тяжесть;
- «ЛАМ» лечит геморрой, запоры, простатит, воспаления придатков;
- «СИ» снимает напряжение, особенно вызванное страхом;





ЭТО НЕ ЗАБОР, А ПРОСТО ЦВЕТНИК!

Редко кто из хозяев частного дома или дачи готов жить, что называется, «на виду». Обычно мы стараемся отгородить свое владение от любопытных глаз забором. При этом сам забор часто портит вид участка. Пока вы не придумаете, как его украсить. Предлагаем несколько идей.

● На гладком светлом заборе отлично смотрится панно из одинаковых горшков, прикрепленных к деревянной раме. Растения в горшки можно высадить разные, а можно одинаковые.

● Если в металлическом основании, на котором закреплен забор, просверлить отверстия, можно украсить участок цветочной стеной. Надо лишь закрепить в этих отверстиях отрезки проволоки, на которых будут лежать пластиковые бутылки с цветами. Поскольку металл на солнце нагревается, а объем грунта в бутылках небольшой, выбирайте цветы, которым не требуется много влаги и при этом они цветут ярко и долго, например, портулак.

● Деревянные рамы, которые легко сма-

стерить из старых ящиков, послужат подставками для горшков с цветами. На них можно выставить и горшки с комнатными растениями, которые летом на свежем воздухе отлично себя чувствуют.

● Даже красивый современный забор из дорогих материалов — это всего лишь забор. Его можно украсить кашпо с высаженными в них композициями из садовых цветов, для чего придется прикрепить к забору металлические держатели. Цветы лучше подбирать такие, что будут цвести все лето, хотя можно, по мере необходимости, убирать отцветшие и высаживать новые. Главное, чтобы во всех кашпо цветы были одинаковыми.

● Старая рама и ставни, покрашенные яркой краской, оживят даже видавший виды де-

ревянный забор, который выглядит серым и неприглядным. На подоконник «выставьте» горшки, а ставни украсьте по своему усмотрению.

● Если после ремонта у вас остались не только старые рамы, но и дверь, прикрепите их к забору, на дверь повесьте ящик с цветами, а рядом с этой композицией разбейте клумбу. Только не забудьте предупредить гостей, что эта дверь — всего лишь муляж.

● Несколько старых рам, выкрашенных яркой краской с имитацией тюлевых занавесок, с прикрученными к ним металлическими ведерками с цветами украсят любой забор. А на неприглядном и обшарпанном они будут смотреться особенно контрастно, и забор получится незабываемым.

● От постройки дома или сарая остались блоки из газобетона? Покрасьте их яркой краской и сложите у забора так, чтобы какие-то из них можно было заполнить землей и высадить в них растения, как в горшки.

● Наверняка у вас и ваших знакомых скопились ненужные сумки. Почему бы не превратить их в емкости для посадки растений с разнообразной окраской листьев, например, колеусов? Главное, подберите сумки ярких цветов. Развешенные на металлических прутьях забора, они будут радовать глаз.

Подготовила Валентина ЖИЛИНА





МОЯ СЕМЬЯ: МУЖ + ЕГО БРАТ

Пусть и нечасто, но в нашей жизни встречаются люди-близнецы. Мы умильно наблюдаем за совершенно идентичными малышами, забавляемся, когда видим одинаково одетых близнецов-подростков, удивляемся, замечая, что над по-настоящему близкими близнецами не властно время и даже в приличном возрасте они остаются если не одинаковыми, то очень похожими. В любом случае, близнецы, как правило, вызывают у окружающих исключительно положительные эмоции. Кроме тех женщин, кому довелось выйти замуж за мужчину, имеющего брата-близнеца.

Кстати, среди мужчин-близнецов существует принцип: жениться можно только на той женщине, которая сможет различить близнецов.

ТРЕТЬЯ ЛИШНЯЯ

«У моего мужа есть брат-близнец. Мы живем в одном доме, они работают в одной организации, а я — третья лишняя в их отношениях... Они настоящие половинки друг друга. Сначала муж больше времени проводил со мной, но через год после свадьбы страсть поутихла, а связь с братом вышла на первый план. А поскольку брат не женат, все ищет принцессу, то в жизни нам с мужем принадлежит только интим — все остальное мы делим на троих. Мы не можем ни в кино сходить, ни на дачу съездить без брата мужа, всегда втроем. Мне кажется, что муж испытывает чувство вины за то, что он счастлив в браке, а его брат — один. Даже не знаю, как можно изменить ситуацию». Светлана, 28.

Вряд ли Вам удастся разорвать эту связь, ведь такая близость, которая связывает близнецов, заложена в них природой. Просто старайтесь стать его брату хорошим другом, чтобы он не видел в Вас конкурента, а был уверен, что Вы не собираетесь разорвать их связь. Это единственный верный путь выживания в этом симбиозе. Попробуйте помочь ему в выборе подруги или спутницы жизни. И если получится, у Вас будет больше времени для вас двоих.

ТАЙНЫЙ АГЕНТ

«О божаю своего деверя. У нас с ним такие тесные родственные отношения, что я использую его как «засланного казачка». Поскольку мыслят братья практически одинаково, то увидев, что муж чем-то озабочен, а рассказывать не хочет, я тут же зову на помощь его брата. Чтобы не ломать голову над проблемой, какой подарок с га-

рантией понравится мужу на день рождения, я спрашиваю у брата, и еще ни разу не промахнулась. Когда в семье размолвка, самый лучший способ все выяснить и помириться — встретиться с братом, высказать свою точку зрения и видение проблемы, получить от него рекомендации. Он ведь точно знает, как отреагировал мой благоверный на ссору, может посоветовать, как разрешить конфликт с точки зрения моего мужа. В том, что у мужа есть брат-близнец, я вижу только положительные стороны». Полина, 25.

Отличный способ использования преимуществ того, что другой человек абсолютно точно расскажет вам, что чувствует, хочет и как собирается действовать ваш муж. Остальные женщины могут только завидовать: им в таких вещах приходится разбираться самостоятельно. Тут главное не расслабиться, во всем надеясь на брата. Все-таки жена должна знать своего мужа и чувствовать его желания без посторонней помощи.

ЖИЗНЬ НА ДВОИХ

«Я долго обижалась на мужа за то, что брат ему дороже меня. После того, как брат его спас, рискуя собой, поняла, что глупо обижаться и пытаться разделить то, что соединила природа. У них ведь с рождения одна жизнь на двоих. Они не просто созвучны, мне кажется, они даже думают об одном и том же, причем даже теми же словами. По крайней мере, когда они рассказывают о чем-то независимо друг от друга, получается практически слово в слово, как будто до этого они вместе репетировали этот рассказ. Если отношения между братьями близкие и дружеские, никто никого не использует, бывает ведь и такое, просто живите и получайте удовольствие от

осознания того, что у вашего мужа есть еще один близкий человек, который никогда не предаст и всегда поможет». Оксана, 38.

Действительно, многие близнецы настолько близки, что чувствуют друг друга даже на большом расстоянии. Это две половинки одного целого. Известен случай, когда близнецов разделили между приемными родителями сразу после рождения, они жили за тысячу километров друг от друга, и тем не менее, у них одинаковые имена, они одновременно женились на женщинах с одинаковыми именами, одновременно родили детей и одинаково их назвали. Даже клички собак совпали. Хотя впервые они узнали друг о друге и встретились, когда им было уже около сорока лет.

ВСЕГДА ОДНА

«З а шесть лет жизни с мужем, у которого есть брат-близнец, я научилась принимать ситуацию такой, какая она есть. Я не стремлюсь чув-



становать себя половинкой своего мужа, потому что эта половинка у него есть с рождения. При этом в нем так много достоинств, которых я не встречала в других мужчинах!

У меня хорошие отношения с его братом, они оба прислушиваются к моему мнению, я умею с ними договариваться. Но иногда мне кажется, что я слишком много времени провожу с ребенком и подругами, а мой муж — с братом». Юля, 31.

Даже взрослым близнецам необходимо время, которое они могут проводить вдвоем: им надо поговорить, куда-то сходить, заняться любимым делом. Так что жене одного из них или обеим женам придется время от времени оставаться в одиночестве. Для самодостаточного человека, у которого много друзей и есть свои увлечения, это не проблема.

ПРОТИВ ТРОИХ

«Мой муж и его брат-близнец долго жили в соседних городах, и мой благоверный ча-

сто ездил пообщаться с братом и его детьми, к которым он относится, как к своим. Я ду-



мала, что после свадьбы все изменится, и мы будем проводить выходные вместе или ездить вместе, но не тут-то было. Жена его брата почему-то заранее стала негативно относиться ко мне, хотя ни разу меня даже не видела, — даже мужа не пустила к нам на свадьбу. Видеть меня в своем доме она не желает, поэтому муж продолжает ездить к брату в гости один. На мою просьбу как-то решить эту проблему, поговорить с братом и его женой муж ответил, что ссориться с братом и его семьей не входит в его планы». Виктория, 26.

Прежде чем связывать себя с мужчиной, у которого есть брат-близнец, желательно познакомиться с ним и его семьей, постараться найти с ними общий язык, понравиться им. Негативное отношение брата не будет способствовать счастливой и спокойной жизни. Близнецы склонны безоговорочно доверять друг другу, и если придется выбирать

между женой и братом, мужчина скорее всего выберет брата.

МУЖ И ДРУГ

«Так получилось, что брат моего мужа до сих пор не женат, хотя мы в браке уже пять лет. Поскольку они работают вместе, деверь практически все свободное время проводит с нами. Теперь мне это не в тягость, потому что мы с ним подружились. Мне стало спокойнее, теперь я знаю, что любую проблему мне помогут решить муж и его брат, подставив мне плечи с двух сторон.

А недавно я задала ему вопрос о том, почему он не женится, а он пошутил: «У тебя же нет сестры-близняшки!». Даже не знаю, что по этому поводу думать». Ангелина, 27.

Самый лучший способ сохранить мир в семье — дружить с братом мужа. Но при этом надо помнить, что схожесть вкусов близнецов часто приводит к тому, что свободный брат начинает искать себе спутницу, похожую на жену брата или,

что, к сожалению, тоже встречается часто, просто влюбляется в нее, и другие женщины становятся ему не нужны.

Старайтесь держать дистанцию в дружбе с деверем, чтобы не провоцировать его.

ВЕДУЩИЙ ИЛИ ВЕДОМЫЙ

Психологи утверждают, что во многих парах близнецов отношения не могут быть равноправными: один брат ведущий, а второй ведомый. Ведущие более самостоятельны, менее зависимы от мнения второго «я». Ведомые, наоборот, склонны постоянно жить с оглядкой на брата, спраши-

вать его совета по любому поводу, поступать так, как он скажет. Для семейной жизни, конечно, удобнее ведущий близнец, его брат не будет оказывать никакого влияния на вашу семью. И гораздо сложнее жить с ведомым близнецом. В этом случае все будет зависеть от брата мужа:

даже решение, жить ему в союзе с вами или оставаться холостяком, но рядом с братом.

К счастью, такие отношения между близнецами встречаются нечасто. Чаше братья абсолютно равноправны в жизни и никто никому ничего не диктует.



ЯПОНСКАЯ СИСТЕМА

В нашей стране близнецы считаются одним целым и даже есть правила, что их нельзя разлучать ни в детском саду, ни в школе. А если один из близнецов поступал в институт, а другой не проходил по конкурсу, его тоже зачисляли в вуз. Конечно, когда при таком отношении братья вырастают и обзаводятся семьями, подобная близость может стать препятствием для семейного счастья.

Совсем другие правила существуют в Японии и многих других странах. Там принято разделять близнецов с детства, поскольку у каждого человека должна быть своя жизнь и свой круг общения. Тогда близнецы не будут замыкаться друг на друге, а окружающими будут восприниматься как самостоятельные личности, а не единое целое.

При таком воспитании и отношении общества близнецы вырастают самостоятельными, со своими интересами и жизненными приоритетами. А связь между близнецами невозможно разрушить. Просто каждый из них живет своей жизнью, и они не делят одну жизнь на двоих.



Подготовила
Мария
ДРОНОВА

КАКОВ МУЖЧИНА ЗА РУЛЕМ

У меня был парень, который, на первый взгляд, казался дружелюбным, покладистым и приятным во всех отношениях. Но как только он садился за руль, он превращался в настоящий ураган, который выпустили на свободу: неся по трассе, многократно превышая скорость, пропускал красный сигнал светофора и при этом любил поболтать во время езды по смартфону или отправлял сообщения. Другой мой знакомый, наоборот, за рулем становился чересчур сосредоточенным, угрюмым и молчаливым. Третий мог спокойно ездить, только включив музыку так, что водители, которые оказывались рядом с нами, срочно закрывали окна в своих машинах. Раньше мне казалось, что это все просто мелочи, на которые не стоит обращать внимания, но когда я сама получила права и стала довольно уверенным водителем, для меня все тайное стало явным: оказывается, решения, которые мужчина принимает за рулем, то, как он ведет себя в машине и как относится к другим участникам дорожного движения, зависят от его личных качеств, открывающихся перед пассажирами авто во всей красе.

Если вы хотите узнать о мужчине больше, просто прокатитесь с ним в автомобиле. Его манера вождения и поведение на дороге смогут многое рассказать о его характере и привычках, а также о том, каков он в любви и семейной жизни. А я поделюсь с вами своими наблюдениями.



КАК ОН ДЕРЖИТ РУЛЬ

Самый безопасный и надежный способ держать руль — когда руки занимают положение «без десяти два», если сравнить его с циферблатом. Если это — выбор вашего водителя, значит, он ответственно подходит к делу и на него можно положиться. Он ведет авто одной рукой? Скорее всего, он слишком самонадеян. Держит руль в его нижней части? Возможно, он и по жизни настроен пессимистично. Вцепился в «баранку» в верхней части, близко поставив руки друг к другу? Значит, он абсолютно неуверенный в себе тип.

РАЗГОН

Он трогается с места с пробуксовкой, визгом шин и искрами «из-под копыт»? Перед вами — представитель агрессивного вождения или «крутой рейсер» — стремящийся продемонстрировать вам и другим зрителям на дороге свое лихачество. Судите сами: ну зачем с ревом трогаться с места и гнать, чтобы в результате вместе со всеми остановиться на светофоре?! Только чтобы показать свою «крутизну». Кстати, громче всего визжит старая, лысая резина, а значит, на такой машине ездить небезопасно.

ОБГОНЫ

Нет, я ничего не имею против обогнанных обгонов плетущихся рядом и «путающихся под ногами» машин! Да, они очень действуют на нервы и лучше поскорее увидеть их отражение в зер-

кале заднего вида. Но если он намерен обогнать каждого, кто встречается на его пути, постоянно перестраивается из ряда в ряд, чтобы оказаться впереди всех, скорее всего, перед вами — махровый эгоист, стремящийся самоутвердиться за чужой счет.

ДИСТАНЦИЯ

Когда я училась в автошколе, мой инструктор постоянно говорил: «Держи дистанцию!» «А как это?», — наивно спрашивала я, востро пользуясь преимуществом блондинки задавать «глупые» вопросы. И мой терпеливый инструктор объяснял: «Видишь колеса впереди идущей машины? Значит, ближе не подъезжай. Но и за десять метров от нее не держись». Так вот, если ваш водитель чересчур прижимается к машине, в жизни он также не готов соотносить себя с окружающим миром. Хорошее воображение — не его конек, ведь ему кажется, что ничего плохого с ним не может случиться, даже если он будет ехать практически вплотную к бедному соседу.

ПЕРЕКЛЮЧЕНИЕ ПЕРЕДАЧ

Если он ездит на машине с механической коробкой, перед вами открывается возможность узнать его качества, наблюдая за тем, когда и как он переключает передачи. Если он старается избежать переключения до тех пор, пока машина не начнет рычать изо всех сил, значит, он и в жизни старается уйти от ситуаций, требующих принятия решений и доставляющих хлопоты и неудобства. Если он часто пропускает нужный момент, скорее всего, в нем не развито чувство предприимчивости, значит, он и в бизнесе прошаляпит выгодную



сделку. То, как он обращается с важной частью машины — ручкой коробки передач: мягкими, нежными и аккуратными движениями, или грубыми, небрежными и настойчивыми, — расскажет вам о том, каков он в любви.

ЗНАКИ?! НЕ, НЕ ВИДЕЛ...

Он не остановился перед знаком «STOP»? Не уступил, выезжая на главную дорогу, или несется в противоположную сторону на дороге с односторонним движением? Держитесь от него подальше. Мало того, что опасность — для него пустое слово, своими действиями и на дороге, и в жизни он пытается навлечь на себя как можно больше неприятностей. Наверное, адреналин для него важнее, чем собственная жизнь и здоровье. А как насчет вашей?



ТОРМОЖЕНИЕ

Если он тормозит в самый последний момент, он бесшабашен и рассеян по жизни, халатное отношение ко всему — его черта. А чересчур осторожный водитель, притормаживающий слишком часто, скорее всего, придирчив, зануден и стремится избежать любых возникающих проблем.

«ТИШЕ ЕДЕШЬ...

...выдашь свою нерешительность» — так можно перефразировать известную поговорку. Если он едет слишком медленно и чересчур осторожно, значит, он не способен рисковать. Да, он осторожен, и это хорошо, но если его не напрягает слишком медленное движение к цели, подумайте, а устроит ли это вас по отношению к другим целям, возникающим в совместной жизни?

НА ВСЕХ ПАРУСАХ

Он любит пришпорить больше сотни лошадей под капотом? Приверженец быстрой езды создает проблемы и под-



вергает опасности себя и окружающих, а значит, мало заботится о них — как на дороге, так и в жизни.

КАКОВ ГУДОК — ТАКОВ ХОЗЯИН

Признаюсь, часто остановившись на светофоре первой, я пропускаю тот момент, когда свет меняется на зеленый, и слышу в спину гудок нетерпеливого водителя сзади. Учитывая, что машинка у меня дамская, желающих посигналить и лишний раз показать, что «вот, опять, курица за рулем заснула», бывает предостаточно. Бедные мужички, вы сами не знаете, что, нажимая на сигнал, вы проходите тест, и составляете о себе определенное впечатление, позволяющее в один момент оценить вас как мужчину. Если сзади раздается короткий и вежливый «бип», я с благодарностью и извинениями моргаю ему «аварийкой» и отмечаю про себя — вот он, истинный джентльмен! Если же я слышу противный, пронзительный «би-и-и-и-би-и-и-и-ип», оторвавший меня от собственных мыслей, я неторопливо трогаюсь с места, мысленно произнося не очень хорошее слово на букву «к...», прямо относящееся к таким хамоватым мужчинам. Как бы ты ни спешил, не надо хамить! А раз ты хам по жизни — пролетай мимо!

ПТИЦА-ГОВОРУН

Без остановки болтающий за рулем водитель вряд ли интересуется остальными участниками движения, равно как и своим собственным, то есть вами. Все вокруг для него — благодарные (или не очень) слушатели, публика, перед которой он будет самовыражаться и требовать признания. Как вариант возможно обстоятельство, что ваш водитель



пытается скрыть под красноречием свою неуверенность — в жизни или умении водить машину. В любом случае, будьте начеку: езда с ним опасна.

МОЛЧУН

Как только он садится за руль, он замолкает или мурлычет песенку под нос, абсолютно игнорируя ваше присутствие? Не стоит волноваться и думать, что он обиделся или с вами что-то не так. Просто таким образом он пытается расслабиться и отстраниться от суеты окружающего мира. Ведь для многих езда — способ релаксации, особенно если погода хорошая, дорога пустая, а музыка — классная! Это просто наслаждение!



РЯД, КОТОРЫЙ ОН ВЫБИРАЕТ

Любитель тащиться за автобусами в правом ряду, скорее всего, интроверт по характеру и замыкается в себе. Он никогда не изменяет своему любимому среднему ряду? У него ангельское терпение, поскольку это самый медленно движущийся ряд на дороге. В жизни он тоже будет терпеть все. Он предпочитает мчаться по левой полосе? Этот мужчина не любит, чтобы его обгоняли, и предпочитает обгонять других, скорее всего, и в жизни он будет придерживаться этого принципа.

Надеюсь, вам пригодятся мои наблюдения, и вы примените их в жизни, но, справедливости ради, а также из водительской солидарности и любви к мужчинам, хотелось бы отметить, что не стоит делать далеко идущие выводы после первой поездки с вашим новым знакомым. На манеру езды влияет многое: и настроение, и погода, и пробки, и даже пассажиры, которые находятся рядом. Поэтому прежде, чем окончательно препарировать его характер, нужно проехать с ним рядом не одну сотню километров, и уж тогда вам кое-что станет ясно.

Подготовила Марина ГРУЗДЕВА

Женщины-музы НЕУГОМОННЫЙ КОНЮХОВ И МАТУШКА ИРИНА

Практически никому в нашей стране, да и во многих зарубежных, не надо объяснять, кто такой Федор Конюхов. Его известность сродни известности первых космонавтов, и не удивительно будет, если через какое-то время ООН или ЮНЕСКО учредят всемирную медаль его имени для отважных покорителей безбрежных океанов и высочайших вершин...

Возможно ли для человека совершать такие долгие и трудные путешествия, какие предпринимал Конюхов, в одиночестве, среди бесконечного океанского или снежного безмолвия, и при этом сохранить разум, преодолеть всё и победить? Он доказал, что можно, если твои главные помощники и путеводные звезды — вера и те, кто ждут тебя в конце пути...

ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБИНЗОНА КОНЮХОВА

На самом деле, Федор Филиппович Конюхов робинзоном — то есть, человеком, сумевшим выжить на необитаемом острове — никогда не был, потому что его главный принцип — движение! Он поставил себе целью выжить в экстремальных условиях неординарных путешествий.

Его имя переводится как «дар Божий», и он уверен, что Бог ему «даровал жизнь путешественника». Так он определил свое предназначение и сделал путешествия своей профессией.

Родился Федор Конюхов в 1951 году в украинском селе Чкалово Приазовского района Запорожской области. Детство его прошло на побережье Азовского моря. Отец был рыбаком, и почти ежедневно на своей рыбацкой лодке уходил в море, а когда Федор подрос, стал брать его с собой, учил премудростям морского и рыбацкого дела. А мальчишка сразу влюбился в море. Ему нравилось всё: и бороться с волнами, и вытаскивать сети с отливающим серебром уловом, и наслаждаться зрелищем необыкновенных морских пейзажей — именно тогда в душе его родилась мечта о больших путешествиях. И первое из них он совершил в 15 лет: Федор в одиночку на гребной лодке пересек Азовское море.

Казалось бы, безрассудный поступок для подростка. Но уже тогда Федор продемонстрировал принцип, которому следует всю жизнь — путешествию всегда предшествует долгая основательная подготовка. К азовскому походу он го-

товился несколько лет, усиленно занимаясь плаванием и греблей и обучаясь хождению под парусом...

Затем были техническое училище в Бобруйске (специальность — резчик-инкрустатор), Одесская мореходка (судовождение), Ленинградское арктическое училище (штурман-навигатор), армейская спецкомандировка...

Отсчет своих путешествий Конюхов начал в 1977 году — с повторения маршрута Витуса Беринга: Камчатка, Сахалин, Чукотка. С имитацией условий, в которых находились мореплаватели прошлого, да еще — в одиночку! С тех пор и пошло-поехало. И поплыло...

СОРОК ЛЕТ В ПУТИ

За сорок лет путешественник-исследователь прошел столько дорог, испытаний и приключений, сколько другим хватило бы на несколько жизней. Десятки заплывов, пять кругосветных плаваний, семнадцать пересечений Атлантики, пересечение Тихого океана на лодке с веслами, кругосветка на воздушном шаре; в его зачете — оба полюса планеты и семь главных вершин всех континентов мира...

В путешествиях с ним случалось всякое: и опасные для жизни встречи, и болезни, был даже угон судна. Но ничто не могло остановить его движения к выбранной цели.

Кстати, в перерывах между путешествиями и восхождениями движение Конюхова не прекращается и даже не замедляется: человек талантливый, он пишет картины и книги, научные статьи и доклады, разрабатывает новые маршруты покорения природы и преодоления себя. Своим примером он постоянно

доказывает, что мы, порой сами того не осознавая, способны на очень многое!

ГДЕ ЖДЕТ ЛЮБОВЬ?

Часто бывает, что путешественники-дальнобойщики и вообще «искатели приключений за тридевять морей» как-то не успевают обзавестись ни нормальным домом, ни семьей. И здесь Конюхов представляет собой приятное исключение. Есть у него и дом, и семья — в «погоне» за открытиями и подвигами путешественник не забыл и о простом семейном счастье.

...Они познакомились в 1995 году. Ирина Анатольевна Умнова работала в Совете Федерации, писала докторскую диссертацию и, собирая материал для книги «Власть и народ», много общалась с представителями российской интеллигенции. И вот на квартире оператора Анатолия Заболоцкого, снимавшего в свое время фильмы Василия Шукшина, она встретила знаменитого путешественника, успевшего объехать полмира, о котором она, собственноручно говоря, даже не слышала. Ирина Конюхова потом вспоминала: «Для нас обоих это была любовь с первого взгляда. В этот же вечер Федор пошел меня провожать, а на следующий пригласил на свидание... Незадолго до встречи с Федором я в храме горячо молилась Богу, чтобы Он послал мне близкого человека. Я на тот момент одна воспитывала двух сыновей. В браке искала прежде всего духовный союз. Поэтому меня не отпугнули, а, наоборот, обрадовали слова Федора о том, что он со временем мечтает стать священником. «Ну а ты будешь матушкой», — сказал он».



Федор признался, что не может обещать своей подруге «ни благосостояния, ни покоя», зато любить будет «всю свою жизнь» и предложил Ирине обвенчаться. Ни одному из этих слов он не изменил по сей день.

Венчались Конюховы в перерыве между кругосветными плаваниями...

БАТЮШКА-РОМАНТИК И МАТУШКА-ДОКТОР НАУК

По словам Ирины, у Федора вначале была боязнь, что она не примет его таким, какой он есть. Он честно сказал: «Ирочка, я путешествия ставлю в своей жизни на первое место. Ни родители, ни дети, ни жена меня не остановят». А она задалась вопросом: «Зачем останавливать, если для человека это призвание?»

Семейная жизнь с человеком, постоянно находящимся в странствиях, в экстремальных условиях океана, ледяной пустыни или бесплодных гор, — дело непростое, и привыкнуть к этому можно едва ли. Особенно, когда постоянно ожидаешь плохих вестей. А тут то связь прервала, то еще какие-то неприятности в пути...

Ее твердое убеждение, что в семье каждый имеет право на самостоятельность и право выбора, а женщина должна разделять интересы своего мужа, пожертвовав чем-то своим, закономерно привело к жертве ради любви покоем и интересной работой, которую ей предлагали в Европарламенте.

В 2010 году Федор решил стать священником и Ирина поддержала супруга: оба — верующие. Конюхов принял сан и его супруга стала матушкой.

Ирина — такой же неуспокоенный человек, как и ее супруг, и не мыслит жизни без движения. Она ведет активный образ жизни, пишет научные труды и художественные произведения, читает лекции и... держит руку на «пульсе» очередного путешествия своего супруга. И за прошедшие 20 с лишним лет вместе с Федором она ни разу не пожалела о своем выборе.

СИЛА МОЛИТВЫ

Но не единым ожиданием жила эти годы матушка Ирина. Случалось ей и путешествовать с мужем, и попадать в ситуации, которые назвать «приключением» язык повернется лишь после того, как всё закончится.

Вспоминает Ирина Конюхова: «Божью помощь и силу, которой обладает искренняя молитва, особенно остро я ощутила во время нашего второго совместного путешествия. Федор должен был идти на яхте с Барбадоса до Нью-Йорка (США). А я планировала читать в Америке лекции, и у меня была возможность присоединиться к нему. Вскоре

после выхода в море нас накрыл шторм, у яхты сломалось правое перо руля, и мы начали дрейфовать не в сторону Америки, а в сторону Европы. «Сюрпризы» сыпались один за другим: порвался грот, стал ломаться такелаж мачты, киль дал трещину, нас затапливало. Мы сутками вычерпывали воду. Как же мы молились Господу Богу и Николаю Чудотворцу! Когда мы уже были в спасательных жилетах, готовые оказаться за бортом, я сказала Федору: «Столько лет мы любим друг друга как муж и жена, мы венчаны, но нет у нас плода нашей любви — общего ребенка». И мы дали обет: если Господь оставит нас в живых, будем просить Его о ребенке.

Вместо запланированных двух недель путешествие длилось 44 дня... и вместо американского берега мы причалили к английскому.

Первое, что мы сделали, вернувшись в Москву, — возвели рядом с художественной мастерской Федора часовню в честь святителя Николая. А через несколько месяцев стало ясно, что я в положении... Федор вскоре ушел в кругосветное плавание и вернулся незадолго до появления сына на свет».

И БЕСКОНЕЧЕН НАШ ПУТЬ...

За годы путешествий и приключений Конюховы нашли скромную квартирку в подмосковном Люблино, щитовой домик в 120 км от Москвы, в Свято-Алексиевской пустыни, и небольшую мастерскую. Жили в них, пока подрастали дети. Теперь старшие — люди взрослые, самостоятельные. Сын Оскар посвятил жизнь парусному спорту, занимается экспедициями и руководит проектами, в которых принимает участие его отец, несколько лет был исполнительным директором Всероссийской федерации парусного спорта. Дочь Татьяна живет и работает в США. Да и младший, Николай, 2005 года рождения, уже человек серьезный — курсант Московского суворовского училища. Кстати, за его плечами — солидный экспедиционный опыт: в возрасте двух месяцев он летал в Англию провожать отца в плавание, в два года из Австралии провожал своего папу в очередную «кругосветку»; а в три года в составе настоящей экспедиции за два месяца прошел на верблюде свыше тысячи километров по Центральной и Западной Монголии. Наверное, фамилия обязывает...

Став священником, Федор Конюхов теперь меньше времени проводит в экспедициях, однако полностью от них не отказался. Отец Федор продолжает путешествовать, но, если раньше он путешествовал как ученый, как спортсмен, устанавливал мировые рекорды, то сейчас — уже как миссионер.

Путешественник, альпинист, яхтсмен, воздухоплаватель, исследователь, писа-

тель, художник, священник... Какую еще грань своего таланта не открыл нам Конюхов? Подождем — увидим. А он обязательно откроет — ведь у него рядом всегда есть самый надежный друг, душевная опора и очень любящий человек в одном лице. И лицо это — жена его, матушка Ирина.

А ей непросто быть супругой такого человека как Конюхов. Но она счастлива, что судьба именно так повернула ход ее жизни, что подарила встречу с ним. И другого счастья ей не надо! Она говорит: «Мы до сих пор постоянно держимся за руки. Даже во сне. Свое обещание отец Федор выполнил: пусть у нас нет покоя, зато есть Любовь».

P.S. На 2018 год Конюховым запланирован полет в стратосферу, а также кругосветное путешествие на весельной лодке.

В планах на более отдаленную перспективу — одиночное погружение в Марианскую впадину...

Подготовил Саша МИРТ по материалам:

И. Мороз. Биография Федора Конюхова; М. Позднякова. «Даже во сне держимся за руки»; Кто есть кто в мире; и Интернет-сайтов



В каких случаях мать могут лишить родительских прав?

В соответствии с пунктом 13 Постановления Пленума Верховного Суда РФ от 14 ноября 2017 г. № 44, лишение родительских прав является крайней мерой ответственности родителей, которая применяется судом только за виновное поведение родителей по основаниям, указанным в статье 69 СК РФ.

Для лишения родительских прав и матери, и отца ребенка предусмотрен исчерпывающий перечень одинаковых оснований, закрепленный в Семейном кодексе Российской Федерации.

В соответствии со статьей 69 СК РФ родители (один из них) могут быть лишены родительских прав, если они:

- уклоняются от выполнения обязанностей родителей, в том числе при злостном уклонении от уплаты алиментов

- отказываются без уважительных причин взять своего ребенка из родильного дома (отделения) либо из иной медицинской организации, образовательной организации, организации социального обслуживания или из аналогичных организаций

- злоупотребляют своими родительскими правами

- жестоко обращаются с детьми, в том числе осуществляют физическое или психическое насилие над ними, покушаются на их половую неприкосновенность

- являются больными хроническим алкоголизмом или наркоманией

- совершили умышленное преступление против жизни или здоровья своих детей, другого родителя детей, супруга, в том числе не являющегося родителем детей, либо против жизни или здоровья иного члена семьи.

Более подробно предусмотренные законом основания раскрываются в пункте 16 упомянутого выше Постановления Пленума Верховного Суда Российской Федерации.

Уклонение родителей от выполнения своих обязанностей по воспитанию детей может выражаться в отсутствии заботы об их здоровье, о физическом, психическом, духовном и нравственном развитии, обучении. Разрешая вопрос о том, имеет ли место злостное уклонение родителя от уплаты алиментов, необходимо, в частности, учитывать продолжительность и причины неуплаты родителем средств на содержание ребенка. О злостном характере уклонения от уплаты алиментов могут свидетельствовать, напри-

мер, наличие задолженности по алиментам, образовавшейся по вине плательщика алиментов; сокрытие им действительного размера заработка; розыск родителя, обязанного выплачивать алименты, ввиду сокрытия им своего места нахождения; привлечение родителя к административной или уголовной ответственности за неуплату средств на содержание несовершеннолетнего (часть 1 статьи 5.35.1 Кодекса Российской Федерации об административных правонарушениях, часть 1 статьи 157 Уголовного кодекса Российской Федерации).

При отказе взять ребенка из медицинских, образовательных учреждений суда, в частности, следует проверить: какими причинами был обусловлен такой отказ и являются ли они уважительными; имеют ли родители (один из них) предусмотренное законом право устройства своего ребенка на полное государственное обеспечение в соответствующие организации и учреждения, и если имеют, то на какой срок, поддерживают ли родители (один из них) отношения с ребенком; предпринимались ли родителями (одним из них) какие-либо меры к преодолению обстоятельств, послуживших основанием для отказа взять ребенка, и (или) изменились ли эти обстоятельства (например, родителям, временно поместившим ребенка на основании подпункта 2 пункта 3 статьи 14 Федерального закона от 24 июня 1999 года № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» в организацию для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в связи с утратой семьей жилого помещения в результате стихийного бедствия, предоставлено жилое помещение; одинокий родитель, находившийся в трудной жизненной ситуации в связи с утратой работы, трудоустроился).

Под злоупотреблением родительскими правами следует понимать использование этих прав в ущерб интересам детей, например, создание препятствий к получению ими общего образования, вовлечение в занятия азартными играми, склонение к бродяжничеству, попрошайничеству, воровству, проституции, употреблению алкоголя и наркотиков.

Жестокое обращение с детьми может выражаться, в частности, в осуществлении родителями физического или психического насилия над ними, в покушении на их половую неприкосновенность.

Хронический алкоголизм или наркомания родителей должны быть подтверждены соо-

тветствующими медицинскими документами.

Факт совершения умышленного преступления против жизни или здоровья должен быть подтвержден вступившим в законную силу обвинительным приговором суда либо постановлением (определением) суда, либо постановлением органа предварительного расследования о прекращении уголовного дела по реабилитирующему основанию.

Я живу с дочерью, которой 12 лет, мой бывший муж в последний раз видел ее, когда ей было 2 года. Мужчина из Черногории — иностранец — сделал мне предложение. Бывший муж против вывоза ребенка за границу. Что делать?

Если бывший супруг заявил о своем несогласии на выезд дочери (в соответствии со статьей 21 Федеральный закон от 15.08.1996 № 114-ФЗ «О порядке выезда из Российской Федерации и въезда в Российскую Федерацию»), то вопрос о возможности ее выезда из России может быть разрешен в судебном порядке. Рассмотрение искового заявления об обязанности родителя не препятствовать выезду за границу несовершеннолетнему или о признании возможным выезда ребенка без согласия второго родителя производится по правилам Гражданского процессуального кодекса РФ.

Следует понимать, что формально бывший супруг имеет равные с Вами права на участие в жизни и воспитании ребенка, поэтому, прежде всего, Вам необходимо будет доказать факт длительного уклонения отца от исполнения своих родительских обязанностей. Кроме того, требуется представить доказательства того, что несогласие Вашего бывшего супруга с выездом ребенка связано со злоупотреблением им его родительскими правами, которое противоречит интересам ребенка, а объективные причины, препятствующие выезду ребенка в зарубежное государство, отсутствуют.

Суд может встать на сторону отца ребенка, если Вы будете мотивировать необходимость выезда ребенка за границу Вашим предстоящим браком, поскольку Ваша жизнь за границей пока не имеет устоявшегося характера и неизвестно, сложится ли отношения между Вашим новым избранником и ребенком. Сначала стоит попробовать получить согласие суда на выезд ребенка с целью отдыха, санаторно-курортного лечения. Если Вы получите решение суда на выезд ребенка для таких целей, это будет оптимальным вариантом и для налаживания отношений между Вашим потенциальным супругом и дочерью. В дальнейшем, когда между ними сложится дружеские отношения, можно будет, представив документы о наличии у Вас права пользования жильем за границей, условий для жизни и обучения ребенка, вновь обратиться в суд за признанием возможным выезда дочери на более длительный срок.

На вопросы отвечали независимый советник по правовым вопросам, член международной ассоциации юристов Н.И. АЛИМКИН и адвокат О.Н. АЛИМКИНА

На вопросы о вере и православии, интересующие наших читателей, отвечает священник Алексей ЗАВГОРОДНИЙ

Когда-то, очень давно, моя мама купила мне золотой крестик и себе — такой же, но только размером побольше. Мы носили эти крестики несколько лет, а потом мама предложила мне поменяться с ней. Мне не хотелось меняться, но мама меня заставила.

Прошло уже довольно много времени, но мне все время кажется, что нам не надо было меняться — как будто она мне свой жизненный крест передала.

Как Вы думаете, я права? Может быть, мне просто купить новый крестик и больше не думать об этом?

Вы не правы. Замена одного крестика на другой, старого крестика на новый, не несет с собой изменения человеческой судьбы, которая предназначена Богом именно вам. Единственная рекомендация, которая уместна в вашем случае — крестик нужно освятить.

Какому святому правильно заказывать в храме Благодарственный молебен? В день памяти святого великомученика и целителя Пантелеимона я хотела заказать ему Благодарственный молебен, но мне ответили, что это — неправильно, надо заказывать Спасителю — Иисусу Христу. Но я же просила о помощи именно великомученика и целителя святого Пантелеимона?..

Благодарственный молебен заказывается только Иисусу Христу, так как по молитвам того святого, которого

вы просили о помощи — например, великомученика и целителя Пантелеимона — Господь милует и помогает в том, с чем вы обращаетесь к любому святому угоднику Божию.

Когда можно отмечать день Ангела Руслану, по церковному он — Рустик?

День памяти священномученика Рустика в Церкви установлен 16 октября по новому стилю или 3 октября по старому стилю.

Молодые не послушались старших и сыграли свадьбу 26 августа. И теперь каждую годовщину свадьбы они, если захотят отметить ее с мясными блюдами и алкоголем, будут вынуждены нарушать пост. Да и веселиться во время поста как-то не по-христиански. Можно ли им переносить этот свой праздник на 28 августа — на день Успения Богородицы?

Успение Пресвятой Богородицы несет большой символический смысл: здесь Господь забирает человеческую душу Пресвятой Богородицы без прохождения мытарств на небеса. Считаю, что праздник годовщины свадьбы и праздник Успения Богородицы не несут с собой общего состояния радости, поэтому рекомендую вам перенести всё на какой-либо другой день — самое раннее, на 29 августа.

У меня умер сын в Нижнем Тагиле, на Урале. Мне 81 год, и я не могла поехать его хоронить. В день похорон племянница повезла меня в церковь. Я хотела заказать панихиду, но батюшка спросил меня: «Где он умер?». Я ответила, что на Урале. Батюшка сказал: «Он не здесь умер!», и отказал мне в панихиде.

Я не могу понять: разве Бог не один на всем свете?

Разъясните, пожалуйста, прав ли священник. Как надо было правильно поступить?

Православный календарь на июнь

(новый и старый стиль)

- 1 / 19 мая — Блгв. вел. кн. Димитрия Донского
- 2 / 20 — Отдание праздника Пятидесятницы. Обретение мощей свт. Алексия, митр. Московского, всея России чудотворца
- 3 / 21 — Владимирской иконы Божией Матери. Заговенье на Петров пост
- 6 / 24 — Блж. Ксении Петербургской
- 7 / 25 — Третье обретение главы Предтечи и Крестителя Господня Иоанна
- 14 / 1 июня — Прав. Иоанна Кронштадтского
- 24 / 11 — Апостолов Варфоломея и Варнавы. Иконы Божией Матери «Достойно есть» («Милующая»).



С учетом того, как вы всё рассказали, конечно, батюшка неправ. Да и, как правило, таких вопросов: «Где умер?», «При каких условиях?», «Когда?», и тому подобных в храме не задают, так как это не церковная компетенция. Священники могут заинтересовать всего лишь два вопроса: «Умер человек своей смертью или нет?» и «Отпели ли его или нет?». На основании ответов на эти два вопроса священник может отказать в той или иной службе — если, например, человек покончил жизнь самоубийством или не отпел. Так что, идите смело в храм и заказывайте все положенные требы.

Весной и летом очень хочется быть ближе к природе, насладиться ее красотой и всеми ее дарами. Как же прекрасно, что у нас есть леса, реки, поля с их милыми обитателями и великолепными цветами и деревьями. Трудно представить, что было бы, если бы мы вдруг лишились всего этого великолепия природы! Чтобы этого не произошло, мы должны все вместе встать на защиту нашего общего дома – как это сделали наши любимые звезды.



НАТАЛИ ПОРТМАН

Знаменитая актриса является основательницей линии веганской одежды и обуви из материалов, при производстве которых не пострадало ни одно животное. Участвуя в акции по защите животных, актриса снялась в документальном фильме «Спасая виды. Гориллы на грани исчезновения», который был показан на канале «Animal Planet». Помимо прочего, Натали принимает активное участие в работе экологической организации, занимающейся проблемами окружающей среды во всем мире, и утверждает, что никогда не надевает одежду из натуральных материалов, при изготовлении которых пострадали животные.



ДЖОННИ ДЕПП

Уже в течение нескольких лет актер использует для освещения своего дома только энергосберегающие лампочки, поэтому расход энергии минимален. А на собственном огромном острове площадью в четырнадцать гектаров Джонни строит так называемую резиденцию солнца,

которая, по его планам, полностью обеспечит энергетические потребности за счет солнца. Кроме того, актер регулярно участвует в экологических акциях и кампаниях и сотрудничает с различными «зелеными» фондами.



ПЭРИС ХИЛТОН

Звезда больше не ездит на огромном «Рэнж Ровере», заменив его на небольшой «Форд» с гибридным двигателем. Свое решение она объяснила так: «Если мы не откажемся от машин, работающих на бензине, через несколько лет наша планета просто задохнется. Я уверена, что вскоре все будут ездить только на машинах с электродвигателями, поэтому я уже сделала свой шаг в будущее».



ТИМБАЛЭНД

Известный музыкальный продюсер Тимбалэнд знает, что полностью построил свою студию звукозаписи из переработанных материалов и обеспечивает ее работу только за счет солнечной энергии. Практически все его концерты проходят под лозунгом «Защитим планету вместе», и часть прибыли он всегда переводит в организации, помогающие бороться с парниковым эффектом.



ДЖЕССИКА АЛЬБА

В уютном жилище актрисы много вещей, которые сделаны из вторичных материалов. Например, коврики из теннисных шариков и мусорные корзины из упаковок от чипсов. Для отделки детской комнаты Джессика использовала только экологичные материалы, и покупает одежду для себя и своей дочери только из органического хлопка. Актриса также заботится и о своих питомцах: для своих собак она приобрела подстилки, наполнитель которых сделан из переработанных пластиковых бутылок.



ЭММА УОТСОН

Звезда из фильма про волшебника Гарри Поттера является активисткой защиты природных ресурсов и создала собственную коллекцию молодежной одежды из органических материалов по технологиям, не наносящим вреда окружающей среде. Коллекция имела успех, поскольку источником вдохновения Эмме послужила известная модель, актриса и икона стиля Джейн Биркин.



ДЖЕЙМС
КЭМЕРОН

Знаменитый режиссер отдает предпочтение современным эко-технологиям. В частности, он установил в своем доме солнечные батареи, ездит на гибридном автомобиле и собственноручно выращивает на своей ферме органические овощи и фрукты. Кроме этого, режиссер активно участвует в акциях по спасению лесов Амазонии. В настоящее время режиссер занимается съемками продолжения «Аватара», площадка для которых была полностью построена из переработанных материалов, установлены солнечные батареи, и съемка происходит за счет солнечной энергии. Расходы на установку этого оборудования обошлись режиссеру аж в пять миллионов долларов, но он считает, что природа дороже.



ЖИЗЕЛЬ
БЮНДХЕН

Известная супермодель была назначена послом доброй воли по вопросам окружающей среды в ООН. В организации уверены, что красавица способна убедить человечество беречь и защищать свой дом — жи-

вую природу. Сама Жизель живет в экодоме из переработанных материалов, с установленными на крыше солнечными батареями и системой фильтрации дождевой воды.



ДЖУЛИЯ
РОБЕРТС

Любимая многими актриса старается придерживаться эко-стиля жизни. Она также водит гибридный автомобиль и выращивает органические продукты на собственной ферме. Кроме этого, Джулия даже завела себе личного эконо консультанта, помогающего принимать решения, как жить, не нанося ущерб окружающей среде. Также актриса является послом компании, занимающейся развитием возобновляемой энергии.



БРЭД ПИТТ

Недavno актер запустил линию органического геля для душа, и совместно с одной из строительных компаний занялся производством экологических домов для жителей Нового Орлеана, пострадавших от наводнения. На это он потратил более 6 мил-

лионов долларов. Также в планах актера возведение экологического отеля в ОАЭ.



ЭДВАРД
НОРТОН

Известный американский актер решил помочь природе, совершив в какой-то степени отважный поступок — в свои сорок с хвостиком он принял участие в благотворительном марафоне, средства от которого были перечислены в фонд защиты африканских животных. Сорок один километр актер пробежал за три часа, сорок восемь минут и одну секунду, обойдя многих своих соперников!



КЭМЕРОН
ДИАЗ

Актриса уже давно является лидером небольшого фонда, который называется «60 секунд на спасение планеты». Эта организация снимает ролики длиной в одну минуту, в которых рассказывается о проблемах экологии и о том, как простые люди могут помочь их решению.



ХАРРИСОН
ФОРД

Знаменитый актер является вице-президентом американского общества защиты природы. Это почетное звание он получил благодаря активной и самоотверженной работе в сфере защиты окружающей среды. Актер регулярно переводит крупные суммы фондам поддержки живой природы, занимается озеленением городов и разработкой экологически чистой одежды.



ЛЕОНАРДО
ДИКАПРИО

Актер является самым активным защитником природы. Трудно даже представить, сколько всего сделал Лео, чтобы спасти нашу планету! Он первым из звезд пересел на гибридный автомобиль, еще в далеких девяностых, он живет в эко-доме с солнечными батареями и системой переработки дождевой воды. Кроме того, актер основал собственный фонд поддержки живой природы и ежемесячно перечисляет на его счет крупные суммы денег, он снял несколько короткометражных фильмов, посвященных глобальным проблемам человечества, и регулярно выступает на различных экологических конференциях. Не так давно актер признался, что у него есть две главные цели в жизни: защитить планету и побороть на ней бедность.

Подготовила
Марина ХРИСТЕНКО

ВЕРНЫЕ РЫЦАРИ ПРЕКРАСНОЙ ДАМЫ:

Игорь НИКОЛАЕВ и Александр НОВИКОВ

Прекрасная Дама — старший следователь прокуратуры Мария Сергеевна Швецова в исполнении прекрасной во всех отношениях Анны Ковальчук. А ее верные рыцари — майор Леонид Кораблев (Игорь Николаев) и капитан Федор Курочкин (Александр Новиков). Их имена, стоящие рядом, на первый взгляд, ассоциируются с известными певцами российской эстрады, но это — два прекрасных питерских актера, которых, возможно, не все знают по имени и фамилии, зато их персонажи из сериала «Тайны следствия» известны всем. Первые серии этого проекта вышли на экраны наших телевизоров в 2000 году, а в конце 2017-го мы смотрели 17-й сезон и, судя по тому, что все герои живы-здоровы, не последний.



РАССУДИТЕЛЬНЫЙ
КОРАБЛЕВ —

**ИЩУЩИЙ
ИГОРЬ НИКОЛАЕВ**

Да, он всегда в поиске, в освоении нового. Увлечшись в детстве, как всякий мальчишка, оружием и автомобилями, после окончания школы Игорь поступил в Ленинградский институт точной механики и оптики и три года работал по специальности на предприятиях Ленинграда, города, в котором он родился и вырос. В конце 80-х, когда вся страна перестраивалась на новый лад, и в его сознании произошла перестройка: решил попробовать себя в актерской профессии и поступил в Ленинградский институт театра, музыки и кинематогра-

фии (ЛГИТМиК), в котором проучился в общем счете 10 лет: сначала на актерском, потом на режиссерском факультете. Итог — два диплома, две специальности, две работы. И обе любимые. Сейчас он играет в театре, снимается в кино, ставит спектакли в театре и сам снимает кино. Тут у него любимчиков нет, он сам любимчик судьбы.

В театре начал играть еще студентом — учился на курсе знаменитого режиссера Льва Додина, у него же, на сцене Малого драматического — Театра Европы — работал актером в общей сложности 16 лет. И в качестве режиссера дебютировал там же, поставив в 2000 году пьесу Стринберга «Фрекен Жюли». Спектакль до сих пор идет на камерной сцене театра. У Додина Николаев был занят довольно плотно, но, что называется, не в первой линии. А когда в 2007-м перешел в Театр на Васильевском, ему предложили ведущие роли.

Дебют в кино оказался настолько удачным, что свою первую роль, предложенную ему в 2001 г., играет до сих пор. Конечно же, это — самый рассудительный оперативник детективного сериала «Тайны следствия» Леонид Кораблев. И так он был убедителен в этом образе, что среди почти шестидесяти его ролей в кино большинство — тоже работники милиции-полиции, и все редкого добродушия и честности. Снимался он и в картинах «полного метра», но там роли чаще эпизодические. А вот режиссеры сериалов приглашают

его исключительно на главные роли: «Принцип Хабарова», «Агентство НЛС», «Оперативная разработка» и др. Если героя надо наделить добродушием и обаянием, обращайтесь к Игорю Николаеву — не ошибетесь.

Он и в жизни положительно заряженный человек. Кстати, актеры основного состава «Тайн следствия», как на подбор, наделены положительной энергетикой. Может, именно в этом тайна долговечности «Тайн» и любви зрителей к этому сериалу. Вот что по этому поводу говорит Николаев: «Думаю, что наш сериал так популярен, в первую очередь, благодаря актрисе, сыгравшей главную героиню — прекрасной, умной, строгой, но справедливой, доброй и терпеливой, выносливой и бесстрашной Анне Ковальчук. Она идеальна. И свою Швецову снабдила лучшими качествами, поэтому зритель так любит этот сериал». Кстати, когда актера Николаева в магазине или метро узнают, кто-нибудь обязательно попросит передать привет Марии Сергеевне.

А Мария Сергеевна, то бишь, Анна Ковальчук, часто передает приветы же не Николаева — Ляле Дмитриковой, известному питерскому театальному художнику. Ее постоянное место работы — Театр сатиры на Васильевском, где она — главный художник, но одновременно сотрудничает с Московским театром «Современник» и с Питерским театром «Балтийский дом». Познакомились будущие супруги в Малом драматическом, когда Игорь приступил там к постановке своего первого спектакля. Тогда он искал «своего» художника. Когда его познакомили с Еленой, как режиссера Игоря поразил ее профессионализм, а как мужчину — сногшибательный внешний образ: «Я онемел. Передо мной возникла очаровательная, экстравагантная молодая женщина с огненной гривой, в немыслимых ботфортах, в чем-то леопардовом. И добила меня гассирующим «р». К тому времени Николаев был уже в разводе с первой женой: брак не сложился, не спасло его даже рождение сына. Родители развелись, когда маленькому Ване было всего два года. Сейчас Иван — тоже актер, играет в авангардном театре Post. Нынешняя семья для Николаева утешение и счастье. Ляля родила Игорю дочку, которую называли Ева, она пока школьница, но гены ее предка по материнской линии — Александра Николаевича Радищева — уже проявляются.





ДОБРОДУШНЫЙ КУРОЧКИН, ИЛИ ФИЛОСОФСТВУ- ЮЩИЙ НОВИКОВ

Это только для любителей детективных сериалов Александр ассоциируется с Феей Курочкиным. Питерские поклонники сцены знают Новикова как замечательного разнопланового театрального актера, а друзья, коллеги и особенно работающие с ним режиссеры уважают за умение размышлять над выстраиванием роли, проникать в психологию персонажа, за нетривиальные рассуждения о театре как таковом, его современной концепции развития и предназначении. Но не стоит, конечно же, представлять Новикова человеком, занимающимся только философскими размышлениями. Он обладает тончайшим, искрометнейшим юмором и самоиронией. Чего стоит его рассказ о том, как он стал актером! Как его семья, интеллигентнейшая медицинская ячейка общества, где папа известный питерский гинеколог, восприняла заявление сына о намерении поступать в театральный вуз! Как на вступительных экзаменах в Ленинградском институте театра, музыки и кинематографии, где курс набирал талантливейший театральный мастер Игорь Владимиров, выслушав от Новикова только название басни, начал хохотать и сказал, что этого абитуриента он уже видит студентом своего курса. А после окончания Александром вуза в 1990 г. Игорь Петрович взял его в группу своего Театра им. Ленсовета, где Новиков работает до сих пор. А у артиста в следующем году — пятидесятилетний юбилей. И если учесть, что впервые он попал в театр в 3 года — мама привела на спектакль в кукольный театр, и он был потрясен увиденным, то можно сказать, что вся жизнь его связана с Мельпоменой.

А вот с кем связан он в личной жизни, кто его жена, дети — неизвестно. Ни на каких Интернет-сайтах, ни в каких интервью такой информации не найти. На то она и личная жизнь, чтобы о ней не

распространяться, считает актер. «Вне сцены я не слишком веселый человек и к тому же чудовищно упрямый. Не люблю шумные компании, не испытываю потребности в постоянном общении. Не выношу быть в центре внимания». По его мнению, актер либо играет, либо ждет, когда ему дадут роль. «Мне кажется, что артист — это профессия, которую ни с чем нельзя совмещать. Абсолютная праздность по жизни и неспособность к чему-либо еще — это в некотором роде есть условие актерской профессии», — считает Новиков.

Стать актером он хотел с детства, хотя никому об этом не говорил. Родители, уверенные, что их мальчик, как папа, станет врачом, приобшали его к миру прекрасного для общего развития. Он учился в музыкальной школе по классу ударных инструментов и даже окончил ее экстерном. Хорошо пел, часто ходил с родителями в театр.

И, может, потому, что с детства театральная, вторая, реальность для него неотделима от первой, настоящей, он не любит авангардных постановок и модного нынче жесткого постмодернизма. «Я безумно люблю простодушный театр и простодушных героев, например, обманутых молеровских простаков, о которых мечтаю. Я ненавижу непонятный театр. Я считаю высшим проявлением режиссерского дара способность выстроить простую и понятную историю, сделав это легко и обязательно с юмором. Я ненавижу театр, в котором не играют на сцене, и на-

всегда предан театру, где слезы, страсти, гнев, отчаяние и прочие чудесные вещи являются результатом мастерской актерской игры, ибо театр — это такое странное место, где подлинная эмоция может быть невероятно фальшивой, а сыгранная — верхом изящества и правды». И потому он так влюблен в Театр им. Ленсовета — общедоступный, общепонятный, разговаривающий простым театральным языком. И это высший класс и высший стиль. Множество ролей сыграно им в этом театре: от Карлсона до Санчо Пансы, получено несколько престижных премий, звание «Заслуженный артист России». Его ценят питерские режиссеры, приглашают в свои постановки. Александра Новикова можно увидеть в нескольких спектаклях театра-музея Ф.М. Достоевского, в Театре «Дом» и даже в Театре музыкальной комедии. Он артист, который любит не себя в роли, а перевоплощение в кого-либо, вплоть до внешнего изменения, когда на актера работает пример-

ный цех, когда сам он придумывает своему персонажу индивидуальный внешний рисунок. Он не приемлет в современном театре ставший уже обиходным местом минимализм, когда артисты на сцене в любых ролях — босиком и в рваных майках. Это однообразное новаторство убивает театр как таковой, принижает актерскую профессию, ее сущность — удивлять зрителя. Вот что по этому поводу говорит Новиков: «Кто сказал, что зритель идет на спектакль, чтобы увидеть то, что он и так видит каждый день на улице, а не для того, чтобы найти то, чего в его жизни никогда не было и уже не будет? Вдруг он хочет испытать нечто совершенно другое, несхожее с происходящим у него дома или на работе?»

Кстати, и «большой» кинематограф не обошел стороной яркую внешность Александра Новикова. У него много костюмных ролей: в «Царской охоте», «Воспоминаниях о Шерлоке Холмсе», «Про Федота-стрельца», «Фаворите», «Горько!», «Подлинной истории поручика Ржевского». А вот в сериалах, чаще всего детективных, его пытаются приземлить до ordinарного работника системы внутренних органов. Исключение — обаятельнейший оперуполномоченный Федор Курочкин из «Тайн следствия». Эта роль принесла актеру широкую известность, ну, и, наверное, неплохие гонорары. Но главное — это приятная актерская компания, замечательные партнеры — питерские артисты, с чувством юмора и чувством локтя. И, конечно же, главная героиня — цементирующая личность — прекрасная актриса, человек и женщина Анна Ковальчук. Она же и коллега Александра по театру, где они переиграли множество дуэтных ролей — и брата с сестрой, и влюбленных, и мужа с женой.

«Анна была и остается душой сериала. Работать с ней — удовольствие, у Ани отличное чувство юмора, развита самоирония. Наконец, она просто красавица, какой и должна быть актриса. Ведь, как сказал какой-то английский остроумец: театр не умрет, пока на сцене останется хотя бы одна красота...» Можно продолжить, что и сериал не умрет, пока Анна Ковальчук будет в нем оставаться красоткой. А она, как может оценить любой зритель «Тайн следствия», за 17 лет съемок только хорошеет. За эти же долгие годы Александра Новикова зрители сериала отождествили с Федором Курочкиным. Сам актер не видит особого сходства с персонажем, но когда на улице к нему вдруг обращаются по имени «Федя», не обижается, ведь эта роль — значительная часть жизни.

Подготовила Мария ПЕТРОВА



За окном полыхало лето.

Казалось, было слышно, как трещит зеленое пламя листьев.

— Знаешь, я безумно люблю Никиту, но замуж за него никогда не выйду, — сказала Ольга.

— Это еще почему? — удивилась Маргарита.

— Потому, что он ужасно избалован мамочкой. Она с детства возле него прыгала, как клуша.

— Ну и что!

— А то! Он яблоко себе в чай не может нарезать.

— Откуда ты знаешь?

— Я сто лет знакома с его семьей.

— Ты спала с ним?

— Это к делу не относится...

— Ну, а всё-таки?

— Спала.

— И как он?

— В постели он ласковый, и из него можно сделать отличного любовника. Но не замуж! В быту он беспомощен, как младенец!

— Тебе просто нужно разработать правильную стратегию.

— Какую еще стратегию? — недоверчиво переспросила Ольга.

— Вот, послушай! — и Маргарита терпеливо изложила Ольге свой план.

— Ерунда! — отмахнулась подруга.

— А ты попробуй! Ты же ничего не теряешь!

— Ну, хорошо, пожалуй, я попробую. Но это только, чтобы доказать тебе, что ты не права! Маленькие сынки безнадежны.

— Оля! Ты же любишь его! У тебя это в полное лицо написано!

— Люблю, я и не отказываюсь. Но портить себе жизнь не хочу. Переболела, перетерпела и найду другого.

— Ты сначала попробуй, А потом уж и болей себе на здоровье, — рассмеялась Маргарита.

— Но он же жжется!

— Ничего, ты же мужчина, потерпишь. И пластырем заклеишь.

Никита, пытаясь, достал пузырек с йодом, замазал и заклеил палец.

— Мне дальше резать? — спросил он минуту спустя.

Ольга расслышала слабую надежду в его голосе, но отступать не собиралась.

— Конечно, дорогой, — отозвалась она беззаботно.

Картошка уже весело шипела на сковородке, разнося по кухне головокружительный аромат, когда Никита гордо заявил:

— Салат готов!

— Добавь масло.

— Добавил.

— Ты гений! — искренне восхитилась Ольга, посмотрев на аккуратно нарезанные овощи, заправленные маслом. Она никак не



ожидала, что Никита способен на такой подвиг даже ради нее.

— Иди, пожалуйста, вынеси мусор, — попросила она, когда они поужинали, — а я пока стол на лоджии накрою. Будем кофе пить.

— Ага, — откликнулся он, — я мигом.

— Не торопись.

— Одна нога здесь, одна там! — прокричал он весело.

Вернулся Никита буквально через минуту, напевая что-то веселое себе под нос.

— А что будет после кофе? — спросил он томно.

— Увидишь, — не менее томно ответила Ольга.

После кофе они долго целовались на лоджии. А потом отправились в спальню.

За окнами трепетал лунный свет. Ветер заносил в комнату слабый запах петуний, душистого табака и левковок...

Утром Ольга еле разлепила глаза и увидела счастливое лицо Никиты.

— Вот! — сказал он и сунул ей в руки пивную кружку.

— Что это? — спросила она растерянно.

— Кофе! Сам сварил! — гордо заявил возлюбленный.

— Спасибо, любимый, — пришла в себя от неожиданности Ольга, — а почему в пивной кружке?

— Да, я чашку искал, искал, так и не нашел, — смутился Никита, — а тебя будить не хотел.

— А... Я тебе потом все покажу. Ты ведь не последний раз меня балуешь кофе в постели?

— Нет, конечно! Да я для тебя! Оля! Все, что захочешь! Ну, прям хоть звезду с неба!

мне сегодня нужно кое-что на компьютере сделать. Шефиня просила за выходные справиться. Двойная доплата. Можем в следующие выходные куда-нибудь поехать.

— Куда?

— Куда хочешь, — она притянула его к себе. — Как ты относишься к утренней любовной зарядке?

— Хорошо отношусь! — прошептал он, ловя ее губы.

После завтрака яичницей, которую они приготовили вместе, Никита вымыл посуду, разбив во время процесса тарелку и стакан. Потом занялся курицей.

Он долго и опасливо рассматривал тушку, точно перед ним был мамонт...

Потом тяжело вздохнул, закрыл глаза и всадил в бедную тушку нож. Что-то хрустнуло. Никита открыл глаза и два раза испуганно моргнул.

— Оля! — жалобно позвал он. — Она не режется.

— Неужели?

— Правда, правда.

Ольга подошла, взяла нож из рук Никиты и отрезала крыло. — Вот так. Понял?

Он кивнул.

— И, пожалуйста, не отрывай меня больше от работы. Смотри, какой ты большой и энергичный, — она интимно чмокнула его в нос. — Неужели не справишься?

— Справлюсь, — решительно просипел он.

— Ну, вот, и хорошо.

Ольга углубилась в работу и не заметила, как пролетело время.

— Оля! — услышала она голос Никиты.

— Все еще не получается? — спросила она, потягиваясь.

— Да ты что! — отозвался он обиженно. — За мамениного сынка меня, что ли, принимаешь?!

Ольга улыбнулась.

— Суп готов! Иди, оцени.

Через десять минут они сидели за столом. Ольга съела целую тарелку и попросила добавки.

— Вкуснота! — мурлыкала она.

— А то! — довольно отозвался Никита. — Недаром же все великие повара мужчинами! Я читал, что французы вообще считают, что женщинам на кухне не место. И я где-то даже с ними согласен, — добавил он важно.

Ольга тут же закивала:

— Да, Никита, ты абсолютно прав. Мне никогда так не приготовить, — вздохнула она, прищурив один глаз.

— Нравится?

— Очень!

— Хочешь, я всегда буду для тебя готовить? — произнес он пылко.

— Хочу!

— Выходи за меня замуж! Оля! Я так люблю тебя!

Вечером Никита примчался с букетом роскошных роз.

— Какая красота! — воскликнула Ольга. — Спасибо, родной! Дostaнь там вазу в серванте и поставь розы в воду.

— А какую вазу?

— Да какая на тебя смотрит.

Никита погромыхал посудой, вазу нашел и цветы поставил.

— Прелесть! — восхитилась Ольга то ли цветами, то ли возлюбленным.

Никита принял комплимент на свой счет.

— Сейчас будем ужинать, — сказала Ольга. — Я почищу и пожарю картошку, а ты нарежешь салат, хорошо?

Никита тяжело вздохнул, но согласно кивнул.

Ольга не оборачиваясь, резала картофель, когда услышала, как любимый мужчина вскрикнул.

— Ты чего? — обернулась она.

— Палец порезал.

— Наверху в шкафу йод.

— Я тебя тоже люблю! — искренне сказала она.
— Мы поженимся?!
— Возможно.
— Что значит «возможно»? — не понял он.
— Ну, это зависит только от тебя.
— От меня? — недоверчиво переспросил Никита.
Ольга кивнула.
— Тогда мы скоро поженимся, — пообещал он.
Ольга нежно потрепала его роскошную шевелюру.
— О! А поехали на набережную.
— Поехали. Только нужно вымыть посуду и прибраться на кухне.
— Ты иди, собирайся. Женщины же долго собираются. А я тут по быстрому уберусь.
— Хорошо, — не стала спорить Ольга.
Домой они вернулись за полночь. Лифт не работал.
— О! — вздохнула Ольга. — Мои бедные ноги. — Она села на ступеньку и сняла лодочки.
— О! встань!
Никита подхватил любимую девушку на руки и понес по лестнице на восьмой этаж.
Опустив ее в прихожей, он перевел дыхание, вымыл руки и хозяйски заявил:
— Ты иди, прими душ, а я пока ужин организую. Потом ты сварь кофе, а я сполоснусь. Идет? — он протянул руку.
— Идет! — Ольга хлопнула по

его ладони.
После ужина они блаженно растянулись на ковре. Оба так устали, что даже на секс не хватило сил.
Упущенное они наверстали утром.
— Куда мы сегодня пойдем? — спросил Никита.
— Извини, — виновато отозвалась Ольга, — я сегодня не могу.
— Почему? — разочарованно протянул он.
— У меня много стирки накопилось.
— У тебя же машинка! — воскликнул он.
— Но все равно нужно стирать.
— После, как вернемся.
— Нет, я устану и не смогу.
— На машинке я и сам перестираю, а ты отдохнешь, сил наберешься, — он лукаво подмигнул ей.
— Ты тоже устанешь.
— Я не устаю. Сама подумай, у мужчины сил больше!
Ольга благоразумно не стала спорить.
До четырех вечера они катались на водных лыжах. Домой вернулись около шести.
Никита не забыл про свое обещание и, выпив чаю, сразу включил машинку. Пока машинка стирала, они вдвоем приготовили ужин и съели его с большим аппетитом.
Развесив выстиранное белье на лоджии, Никита включил тихую музыку и присел рядом с Ольгой.

— О! — он провел пальцами по ее щеке. — Тебе не кажется, что у нас полный консенсус? — улыбнулся он.
Она молча кивнула.
— Тогда зачем откладывать свадьбу?
— Давай, немного поживем вместе.
— Хорошо, — согласился он, — раз ты так считаешь, я согласен.
Мать Никиты, Виктория Степановна, узнав о решении сына, долго и безутешно плакала на кухне.
Она надеялась, что сын придет утешать ее, но Никита закрылся в своей комнате и говорил с кем-то по телефону, как догадывалась женщина — с «разлучницей».
Потом заявила дочь Тома и отчитала мать, обвинив в эгоизме и прочих грехах.
Виктория Степановна решила бороться. Она приводила сыну тысячу доводов против женитьбы. А когда она узнала, что Никита сам стирает носки! (Да что там носки — белье «разлучницы») Готовит еду и моет пол, с нею сделалась истерика, плавно перешедшая в гипертонический криз.
Сын и дочь ухаживали за матерью, но все ее попытки вернуть домашний мир на круги своя не увенчались успехом.
Никита ушел жить к «разлучнице». А через шесть месяцев была его свадьба с ней.
А тут еще и дочь Тома привела жениха.

Виктория Степановна возмущалась. Но, узнав, что будущего зятя тоже зовут Никита, только жалобно всхлипнула.
А будущий зять поставил перед нею большую коробку с бисквитами и налил в пивную кружку крепко заваренного чая.
— Никита, чашки в шкафу, — проворковала Тома за его спиной.
— Да? А я не нашел. Сейчас перелю.
— Сынок! Сыночек! — заплакала Виктория Степановна.
— Да здесь я, мама, чего вы так убиваетесь, — откликнулся будущий зять. — Не обижайте вас, и Томочку я люблю.
Через год у Виктории Степановны было двое внуков, вернее, внук и внучка.
Глядя, как зять заботится о ее дочери, Виктория Степановна смирилась с тем фактом, что ее сын стал идеальным мужем и идеальным отцом.
Мargarита, подруга Ольги, защитила диплом и стала дипломированным психологом.
На свадьбе Ольги и Никиты она была подружкой невесты. Ей и свадебный букет достался.
Margarita думает, что замуж — она всегда успеет.
А, вот, диссертация!
И тема есть — «Превращение маленького сына в идеально-го мужа».
Хорошо все, что хорошо кончается.

В продаже с 28 апреля

ЧИТАЙТЕ В МАЙСКОМ НОМЕРЕ:

- ◆ День без табака
- ◆ Вся правда о гастрите
- ◆ Выбирайте жизнь!
- ◆ Королева среди пыльцы
- ◆ Каштан — цветок здоровья
- ◆ И многое другое...

ПОДПИСНЫЕ ИНДЕКСЫ:

В каталоге «Почта России». Второе полугодие 2018

П2194

В каталоге «Пресса России». Второе полугодие 2018

15510

60673

Ф. СП-1

АБОНЕМЕНТ на газету-журнал		60672	
		(ИНДЕКС ИЗДАНИЯ)	
«Веста-М»		Количество комплектов:	
на 20 год по месяцам:			
1	2	3	4
5	6	7	8
9	10	11	12
Куда		(адрес)	
(почтовый индекс)			
Кому		(фамилия, имя, отчество)	

ДОСТАВочная КАРТОЧКА		на газету-журнал		60672	
				(ИНДЕКС ИЗДАНИЯ)	
«Веста-М»		Количество комплектов:			
на 20 год по месяцам:					
1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
Куда		(адрес)			
(почтовый индекс)					
Кому		(фамилия, имя, отчество)			

Кролики — милые и компактные животные — во многих домах сейчас составляют альтернативу кошкам или собакам, обладая при этом рядом преимуществ. С кроликом не нужно гулять в любую погоду, он не бежит, громко мяукая, ночью по квартире, но при этом он пушистый, мягкий, игривый и очень ласковый. Кролик — не хищник, а значит, не может причинить никакого вреда ребенку. Так думают многие родители, и когда чадо начинает просить себе питомца, покупают комочек меха с ушами. Уверенность в том, что кролик — безобидное создание, может дорого обойтись его хозяевам.

БУНТ УШАСТЫХ

СТАДИИ ВЗРОСЛЕНИЯ

В раннем возрасте маленькие крольчата действительно милы и безобидны. Они легко приручаются, охотно идут на контакт и готовы подолгу играть. Маленький кролик может даже сам проситься на руки.

Но с возрастом все меняется. Кролик растет, и хозяева начинают замечать, что их дружелюбный пушистик стал избегать прямого физического контакта, меньше играет, а временами прячется, игнорирует лоток и постоянно везде копает. Именно в это время нужно внимательно следить за животным, и ни в коем случае не оставлять его наедине с ребенком. Период полового созревания — сложное время в жизни многих кроликов. Как все подростки, они становятся непредсказуемыми, экспрессивными, а некоторые начинают проявлять нешуточную агрессию. Однажды открыв клетку, чтобы взять любимца на руки, хозяин может услышать в ответ отчетливое рычание и почувствовать весьма ощутимый укус. Такая перемена в ласковом пушистике пугает многих неподготовленных владельцев.

Но все не так страшно. Подростковая агрессия у кроликов — вполне излечимый недуг, но для коррекции поведения ушастика придется приложить усилия и запастись терпением.

КАК РЕАГИРОВАТЬ НА ИЗМЕНЕНИЕ ПОВЕДЕНИЯ

Первое, что необходимо сделать, прекратить на время навязывать кролику свое общество. Животные в период полового созревания становятся очень чувствительными и из-за этого

очень пугливыми. Постарайтесь не тревожить кролика понапрасну, не хватайте его и не тискайте. За лаской он сам к вам придет, а насилие вызовет в ответ только насилие. Принуждая кролика-подростка к общению, можно в полной мере прочувствовать остроту его зубов. Для контакта в этот период стоит купить плотные перчатки.

Ни в коем случае нельзя наказывать кролика физически. Бить и кричать категорически запрещено. Малыш и так напуган, не понимая, почему весь мир, раньше такой дружелюбный, вдруг стал страшным. Проявление ответной агрессии и запугивание не принесет никаких положительных результатов, наоборот, запуганный и забитый кролик, скорее всего, никогда больше не будет вам доверять. Даже когда перерастет подростковую агрессию, он больше не станет ласковой зверушкой.

Нужно помнить, что у кролика не только меняется поведение, некоторые кролики во время гона перестают соблюдать и элементарные нормы гигиены, и таких ушастых бунтарей придется по-новой приучать к лотку. Это утомительно, но необходимо. Не надейтесь на то, что по окончании периода полового созревания кролик сам вспомнит, как ходить на горшок. Вероятнее всего, этого не произойдет. Для более успешного приучения к лотку лучше ограничить место выгула животного одной комнатой.

Кроме меток, обозначающих территорию обитания кролика, в период полового созревания кролики начинают повсюду оставлять раскопы. Подготовка норы характерна не только для самок, но и для многих самцов. К сожалению, невозможно запретить кролику копать ковер или выкапывать фikus из горшка, но можно сделать ему

манеж в виде ящика с чистым песком. Это сократит ущерб, причиняемый квартире, в несколько раз. Чтобы зверек не шуршал и не грохотал по ночам, лоток, поилку и кормушку необходимо прочно закрепить, а игрушки давать только днем.

На период активных половых действий некоторые опытные заводчики рекомендуют выдавать кроликам мягкие плюшевые игрушки, примерно одного размера со зверьком. Мохнатый друг и инстинкты, заложенные природой, помогут кролику справиться со стрессом и гормонами.

Многие животные, страдающие от излишней эмоциональности во время гормонального всплеска, благоприятно реагируют на стерилизацию или кастрацию. В случае с кроликами эти операции не приносят ощутимого результата, и очень слабо корректируют поведение животного. Гораздо эффективнее выработать систему взаимодействия со зверьком и научиться распознавать приближение очередного гормонального всплеска.

Кролики необыкновенно очаровательные создания. Их милые носики и длинные ушки мало кого оставляют равнодушным. Они легко и быстро приручаются и способны узнавать хозяина и отзываться на имя. Мягкие и теплые, они действительно являются прекрасными домашними питомцами. А опыт многих заводчиков показывает, что недолгий период подростковой агрессии совсем не причина отказываться от пушистого друга. Наоборот. Найдя со зверьком общий язык на самом сложном этапе его жизни, в дальнейшем можно получить надежного друга. Кролики — как дети. Подростковый возраст у них недолгий, но бурный и интересный. Самое главное в их воспитании терпение, понимание и искренняя любовь.

Подготовила Катерина ЧАПЛЫГИНА



СКАНВОРД

Составил Валерий РУЧИЙ

№ 5

Подвеска на цепочке	8	Жара	3	Сочетание нескольких звуков	а	Гладкая блестящая ткань	3	Азарт, горячность	7	Правый и левый у пальто	Смущение, неловкое положение	к	Палочки для еды в Японии	
2	р	а	н	а	т	Курорт в Крыму	а	е	у	к	к	а	Мужской голос	
Красный драгоценный камень	ч	Украшение на иконе	о	х	л	а	у	Фужер	к	Восток	о	с	т	
Сорт мягкой кожи	л	а	и	к	а	Очарование, шарм	о	б	а	з	н	и	е	
Пирожное с кремом внутри	о	Ароматическая смола в церкви	о	с	т	р	о	б	Японское блюдо из сырой рыбы	р	Семенная жидкость рыб	к		
7	к	л	е	р	Обращение к итальянке	у	Подземный путь	к	Борьба японских толстяков	с	у	и	о	
Майка и трусики в одном предмете	б	Плод в скорлупе	а	Крупный садовый цветок	у	о	н	н	а	Рисунок, орнамент	у	з	о	р
8	о	у	и	Злак	Отдельная книга сочинения	к	Хвойное дерево	е	Он костей не ломит	и	По усам тепло, а в ... не попало	е	Брачные игры животных	
Редкая, ценная вещь	р	а	р	ч	т	е	т	Печеное тесто с начинкой	п	ч	р	о	з	
т	е	н	и	Крупная морская птица	о	е	у	щ	а	Видит ... , да зуб неймет	о	к	о	
Косметика для век	х	Родственники, живущие вместе	с	е	м	ь	у	Ткань с ворсом на пальто	р	а	т	ч	н	

Ответы на сканворд № 4 по горизонтали: сват, шляпа, барс, орхидея, пчела, хаши, клад, дом, фантазия, жало, мука, клубок, ария, апаш, мода, трава, уникум, град, альт, ноша.

По вертикали: фата, кличка, Никита, полет, лярд, жара, забава, сливки, опал, лямка, арена, шут, жасмин, тамада, око, соло, душ, эскимо, дама.



Дама, посмеется!

В том, что распалась семья, виноваты оба человека, и ответственность следует распределить поровну: 50% — жена, 50% — теща.

Странная закономерность холостяцкой жизни: что ни поставишь варить, получаются пельмени, жарить — яичница.

Нет повести печальнее на свете,
Чем повесть о девчонке на диете!

— Дорогой, не покупай мне колечко на 8 марта.

— Та-ак! Что с машиной?..

— Аккуратность — это главное, что мы ценим в сотрудниках, — говорит начальник человеку, пришедшему наняться на работу. — Вы вытерли ноги о половичок перед тем, как войти сюда?

— Да, конечно.

— И второе. Больше, чем аккуратность, мы ценим честность. У нас перед входом нет половичка.

— А вы Кафку любите?

— Да, особенно грёфневую!

ПРОДОЛЖАЕТСЯ ПОДПИСКА на второе полугодие ПО СТАРЫМ ЦЕНАМ 2018

(цена без почтовых услуг)

Наши индексы в «Каталоге российской прессы»

- 60672** — «Веста-М» — 21 рубль 50 копеек (1 месяц)
60673 — «Веста-М. Здоровье» — 17 рублей (1 месяц)
60674 — «Веста-М. Сканворды» — 23 рубля (1 месяц)
83728 — Комплект «Веста-М» + «Веста-М. Здоровье» —
35 рублей (1 месяц)



Наши индексы в каталоге «Почта России»

- P2181** — «Веста-М» — 21 рубль 50 копеек (1 месяц)
P2194 — «Веста-М. Здоровье» — 17 рублей (1 месяц)
P2196 — «Веста-М. Сканворды» — 23 рубля (1 месяц)
P5293 — Комплект «Веста-М» + «Веста-М. Здоровье» —
35 рублей (1 месяц)

Наши индексы в каталоге «Пресса России»

- 51182** — «Веста-М» — 21 рубль 50 копеек (1 месяц)
15510 — «Веста-М. Здоровье» — 17 рублей (1 месяц)
11255 — «Веста-М. Сканворды» — 23 рубля (1 месяц)



Оформить подписку на газету «Веста-М» можно, не выходя из дома, через Интернет-магазины, в том числе на электронные версии!



на сайте <http://vipishi.ru> выпиши.рф
или на сайте <https://podpiska.pochta.ru/>



В строке «Поиск» напишите «Веста-М».
Выберите период, в течение которого желаете получать газету.
Заполните строки «Адрес» и «ФИО».
В графе «Доставка» выберите, где Вам удобнее получать газету.
Выберите способ оплаты.



А также можно читать газету он-лайн
(электронную версию) на pressa.ru.

Выберите в разделе «Поиск» «Веста-М» и оплачивайте любым доступным для Вас способом.

Для пользователей iPad: установите на свой iPad приложение Pressa.rureader, подписывайтесь на сайте, а читайте на iPad.

